

**KASVISSYÖNTI HENGELLISENÄ PALVELUKSENA**  
**MOHANDAS GANDHIN VEGETARISMIN USKONNOLLISET**  
**PERUSTEET 1888–1948**

Janika Eriksson-Sürel  
Yleisen kirkkohistorian pro gradu -tutkielma  
Syyskuu 2019



<b>HELSINGIN YLIOPISTO – HELSINGFORS UNIVERSITET</b>		
Tiedekunta/Osasto – Fakultet/Sektion <b>Teologinen tiedekunta</b>		Laitos – Institution <b>Kirkkohistorian osasto</b>
Tekijä – Författare <b>Janika Eriksson-Sürel</b>		
Työn nimi – Arbetets titel <b>Kasvissyönti hengellisenä palveluksena. Mohandas Gandhin vegetarismien uskonnolliset perusteet 1888–1948.</b>		
Oppiaine – Läroämne <b>Yleinen kirkkohistoria</b>		
Työn laji – Arbetets art <b>Pro gradu -tutkielma</b>	Aika – Datum <b>Syyskuu 2019</b>	Sivumäärä – Sidoantal <b>78</b>
Tiivistelmä – Referat <p>Pro gradu -tutkielmani käsittelee Mohandas Gandhin vegetarismien syntyä ja kehitystä. Tarkastelen tutkimuksessani Gandhin omia kirjoituksia ja puheita peilaten niitä historialliseen kontekstiin ja Gandhin elämänvaiheisiin. Pyrkimyksenäni on tarkastella Gandhin vegetarismia eri näkökulmista. Tutkin sitä, mistä lähtökohdista hänen kasvissyöntinsä syntyi ja kehittyi, millaiset tekijät siihen vaikuttivat matkan varrella ja sitä, millaiseksi Gandhin vegetarismi lopulta muotoutui. Kiinnitän huomiota erityisesti uskonnollisiin tekijöihin. Selvitän samalla, miten Gandhi pyrki levittämään kasvissyöntiä ihmisten keskuudessa. Gandhi kirjoitti elämänsä aikana hyvin paljon. Päälähteitani ovat puhe <i>The Moral Basis of Vegetarianism</i> vuodelta 1931, teos <i>Key to Health</i> vuodelta 1948 ja omaelämäkerta <i>Autobiography. My Experiments with Truth</i> vuodelta 1927. Kymmeniätuhansia sivuja sisältävä kokoelma <i>The Collected Works of Mahatma Gandhi</i> on apunani päälähteitani tukemassa. Tutkimukseni alkaa vuodesta 1888, jolloin Gandhi muutti Englantiin ja päättyy hänen kuolemaansa vuonna 1948.</p> <p>Mohandas Gandhi oli kasvissyöjä jo taustansa takia. Hänen kasvissyöntinsä oli perua hänen vanhemmiltaan, joiden vegetarismi oli luonteeltaan uskonnollista. Hindulaisen perheen kasvissyöntiä väritti usko <i>ahimsaan</i>, jainalaiseen väkivallattomuuden periaatteeseen, joka nousi myöhemmin Gandhin elämän ja toiminnan periksi. Muuttaessaan Englantiin 1888 Gandhi tutustui englantilaiseen vegetarismiin, joka painotti terveyttä ja etiikkaa. Englantilainen vegetarismi oli myös yhteiskunnallisesti kantaaottava vaihtoehtoliike, jonka piirissä eli voimakkaasti ajatus yhteiskunnan uudistamisesta kasvisruokavalion avulla. Gandhi sai vegetarismien filosofiaansa perusteet intialaisen uskonnollisuuden kentästä, mutta sen yhteiskunnallinen ulottuvuus oli perua englantilaisesta vegetarismista. Englantilaisista kasvissyöjistä Gandhia inspiroivat etenkin Henry S. Salt, Anna Kingsford ja Howard Williams. Henry S. Saltilta Gandhi sai kipinän vakaumuselliseen kasvissyöntiin. Gandhin ajatus kasvissyönnistä yhteiskunnallisena uudistusliikkeenä oli myös Saltilta lähtöisin, kuten myös ajatus vegetarismien ekonomisista mahdollisuuksista. Anna Kingsford tuki kasvissyönnin ekonomisuutta ja yhteiskunnallisuutta ja toi Gandhin filosofiaan painotuksen kasvissyönnin terveydellisistä hyödyistä. Howard Williamsilta Gandhin voidaan havaita saaneen idean ihmisen ja ihmiskunnan positiivisesta kehityksestä.</p> <p>Gandhin vegetarismi kehittyi koko hänen elämänsä ajan. Siirtyessään Englannista Etelä-Afrikkaan vuonna 1891 Gandhin tärkein motiivi kasvissyönnille oli terveys. Etelä-Afrikassa hän kuitenkin koki uskonnollisen heräämisen, jonka ansiosta uskonnosta tuli pääsyy hänen vegetaristiselle elämäntavalleen. Gandhin usko väkivallattomuuteen kasvoi ja se ilmeni sekä hänen yhteiskunnallisessa toiminnassaan että vegetarismien filosofiassaan. Intiaan siirryttyään 1915 Gandhin vegetarismi sai vielä uuden ulottuvuuden, kun hän pyrki käyttämään sitä yhteiskunnallisen muutoksen työkaluna. Hänen tavoitteenaan oli auttaa Intian väestöä niin terveydellisesti, moraalisesti kuin uskonnollisesti unohtamatta yhteiskunnallista aspektia. Gandhi levitti kasvissyönnin aatetta lehtiartikkeileilla, puheilla, keskusteluilla, kirjeillä ja kirjoituksilla.</p> <p>Gandhin kasvissyönnin filosofian voi nähdä olleen symbioosi intialaisesta kasvissyönnistä ja viktoriaanisen Englannin vegetarismista. Se muotoutui näiden vaikuttimien sisällöistä jakehittyy Gandhin omien ruokavaliokokeilujen myötä. Vegetaristinen ruokavalio oli Gandhin työkalu hänen pyrkimyksessään yhteiskunnan uudistamiseen. Gandhi uskoi, että oli ihmisen moraalinen ja uskonnollinen velvollisuus pitää huolta terveydestään ja pitäytyä väkivallattomassa ruokavaliossa. Se oli hänelle jumalanpalvelusta, joka auttoi ihmistä tämän matkalla kohti <i>moksha</i>, vapautumista. Samalla se kehitti ihmistä ja yhteiskuntaa paremmiksi – Gandhi pyrki uudistamaan myös yhteiskunnan moraalia.</p>		
Avainsanat – Nyckelord <b>Kasvissyönti, vegetarismi, uskonto, etiikka, moraalit, terveys, ahimsa, väkivallattomuus, yhteiskunta, reformi</b>		
Säilytyspaikka – Förvaringställe <b>Helsingin yliopiston kirjasto, Keskustakampanein kirjasto, Teologia</b>		
Muita tietoja		



# Sisällys

1. Johdanto .....	1
1.1. Tutkimustehtävä .....	1
1.2. Intialainen vegetarismi Gandhin kasvisvyyönnin lähtökohtana .....	3
1.2.1. Kasvisvyyöjä jo taustansa takia – Gandhin perheen kurinalainen vegetarismi.....	3
1.2.2. <i>Ahimsa</i> intialaisen vegetarismien keskiössä .....	5
1.3. Vegetarismi – myöhäisviktoriaanisen Englannin reformiliike –1888.....	8
1.3.1. Länsimaisen kasvisvyyönnin historia englantilaisen vegetarismien taustalla .....	8
1.3.2. Kasvisvyyönti yhteiskunnan uudistuksen keinona.....	11
2. Kasvisvyyönnin vakaumus muotoutuu 1888–1914.....	14
2.1. Tutustuminen Lontoon vegetaristeihin 1888–1891 .....	14
2.1.1. Vakuumuksellisen kasvisvyyönnin ensiaskeleet .....	14
2.1.2. Henry S. Salt ja kasvisvyyönnin ekonomiset hyödyt .....	17
2.1.3. Howard Williams ja Anna Kingsford – etiikka ja terveys Gandhin innoittajina ....	23
2.2. Oman tien etsintä 1891–1914 .....	27
2.2.1. Elämäkatsomus muotoutuu .....	27
2.2.2. Kieltäyminen ja paasto hengellisen kilvoittelun välineinä.....	30
2.2.3. Vegetarismien sanansaattaja .....	32
3. Kasvisvyyönti hengellisenä palveluksena – vakaumus kypsyy Intiassa 1914–1948 .....	37
3.1. Moraalisesti oikea toiminta ihmisen uskonnollisena velvollisuutena .....	37
3.1.1. <i>Ahimsa</i> poliittisen <i>status quon</i> muuttajana 1914–1931 .....	37
3.1.2. Gandhi ja etiikka .....	40
3.1.3. <i>The Moral Basis of Vegetarianism</i> ja vegetarismien eettisyys .....	43
3.2. Terveys keinona palvella Jumalaa .....	46
3.2.1. Poliittikkaa paastoten 1932–1948 .....	46
3.2.2. Mitä terveys merkitsi Gandhille? .....	49
3.2.3. <i>Key to Health</i> – opaskirja terveyteen .....	51
3.3. Usko oikean sanoman levittämiseen.....	57
3.3.1. Uskonto kaiken taustalla – Gandhin uniikki uskonto .....	57
3.3.2. Gandhi ja vegetarismien gospel.....	61
3.3.3. Kasvisvyyönnin ekonomisuus ja ruokavalioreformi .....	64
4. Tutkimustulokset.....	68
Lähde- ja kirjallisuusluettelo .....	74
Lähteet ja apuneuvot.....	74
Painetut lähteet.....	74
Internetlähteet .....	75
Kirjallisuus.....	75

# 1. Johdanto

## 1.1. Tutkimustehtävä

Mohandas Karamchand Gandhi (1869–1948) tunnetaan yhtenä Intian itsenäisyysliikkeen johtajana ja modernin Intian perustajahahmona. Hänen voidaan esittää olleen vaikuttava yhteiskunnallinen uudistaja ja häneltä ovat saaneet vaikutteita myös uudemman ajan näkyvät vaikuttajat. Gandhin asemaa yhteiskunnallisena ja poliittisena vaikuttajana ja uudistajana on tutkittu runsaasti, mutta hänen kasvisyöntinsä perusteita ja tavoitteita ei vielä yhtä laajalti. Tutkimukseni vastaa tähän puutteeseen. Aihe on tällä hetkellä ajankohtainen, koska maapallomme tulevaisuus ja ilmastonmuutos ovat olleet viimeaikaisen poliittisen keskustelun keskiössä.

Tutkin pro gradu -tutkielmassani sitä, mistä lähtökohdista ja vaikuttimista Gandhin vakaumuksellinen vegetarismi muodostui, miten se kehittyi ajan kuluessa ja sitä, millainen rooli kasvisyönnillä oli Gandhin elämässä. Pysin lähteitä analysoimalla selvittämään, mitkä tekijät vaikuttivat Gandhin persoonallisen vegetarismin piirteisiin ja pääasiallinen huomioni on tarkastella sitä, miten uskonto ilmenee Gandhin vegetarismissa: millaiset olivat hänen uskonnolliset motiivinsa kasvisyönnille ja mistä ne kumpusivat. Kiinnitän huomiota myös siihen, millä tavoin Gandhi pyrki levittämään kasvisyönnin sanomaansa ihmisille.

Tutkimukseni on luonteeltaan kvalitatiivinen, aineistolähtöinen historian tutkimus. Koska siinä on uskonnonfilosofisia vivahteita, käytän kirkkohistoriallisen metodin ohella apunani aineiston tulkinnassa myös systemaattista analyysia. Tutkimus etenee kronologisesti alkaen Gandhin muutosta Englantiin vuonna 1888, koska tuolloin alkoi hänen aktiivinen ravintofilosofinen pohdiskelunsa. Kolmas pääluku käsittelee Gandhin vegetarismin aatetta myös temaattisesti, koska koen tematiikan tarpeelliseksi välineeksi käsitellessäni Gandhin kasvisyönnin kehityspiirteitä. Tutkimukseni päättyy vuoteen 1948 ja Gandhin kuolemaan.

Mohandas Gandhin kirjoittama tuotanto on hyvin laaja – se käsittää kymmeniätuhansia sivua. Tutkimukseni päälähteitä ovat Gandhin oma tuotanto, muun muassa teossarja *Collected Works of Mahatma Gandhi* (kirjallinen tuotanto vuosilta 1884–1948, julkaistu vuosina 1958–1994) omaelämäkerta *Autobiography. The Story of My Experiments with Truth* (1927), puhe *The Moral Basis of Vegetarianism* vuodelta 1931 ja teos *Key to Health* (1944). Teossarja *Collected Works of Mahatma Gandhi* käsittää lähes kaiken Gandhilta säilyneen kirjallisen materiaalin. Se sisältää niin lehtiartikkeleita, puheita kuin yksityiskirjeenvaihtoa, jotka ovat äärimmäisen tärkeää lähdeaineistoa tutkimuksessani. Osa teksteistä on kirjoitettu alunperin

englanniksi ja osa taas on käännöksiä englannin kielelle. Omaelämäkerta *Autobiography* puolestaan antaa Gandhin laajaan materiaaliin tärkeän näkökulman: hänen oman kertomuksellisen äänensä. Gandhi kirjoitti omaelämäkerran ystäviensä pyynnöstä. Ystävät toivoivat, että hän kertoisi maailmalle tarkemmin julkisten kampanjojensa taustoista. Gandhi kirjoitti teosta yli neljän vuoden ajan, osan siitä ollessaan vankeudessa Yeravdassa.<sup>1</sup> *Autobiography* käsittää Gandhin elämän hänen syntymästään vuoteen 1920, ja se julkaistiin ensimmäisen kerran kirjamuodossa kirjoittajan äidinkielellä gujaratiksi vuonna 1927. Teos käännettiin myöhemmin englanniksi ja muille kielille. *Autobiography* on lähteenä kuitenkin haastava, sillä se on muistelmateos, joten se voi sisältää myös hyvin paljon myöhempää tulkintaa. *The Moral Basis of Vegetarianism* -puhe on vuodelta 1931, jolloin Gandhi oli käymässä Englannissa. Hän osallistui tuolloin *The London Vegetarian Society*n kokoukseen, jossa puhui omasta valinnastaan olla eettinen kasvissyöjä. *Key to Health* on taas kirjoitettu vuosina 1942–1944, jolloin Gandhi eli vankeudessa Aga Khan -palatsissa. Se on Gandhin omien sanojen mukaan päivitetty versio terveyttä käsittelevästä *Guide to Health* -teoksesta vuodelta 1906.<sup>2</sup>

Yhtenä tutkielmani olennaisena tekijänä ovat *The London Vegetarian Society*n vaikuttajat. Anna Kingsfordin *The Perfect Way in Diet* (1881)<sup>3</sup> oli tärkeä teos Gandhille ja lähestynkin Kingsfordin vaikutusta juuri tämän kirjan valossa. Howard Williamsin vaikutusta Gandhin kasvissyönnille tutkin käyttämällä apunani Williamsin *The Ethics of Diet* (1883) -teosta, johon Gandhi on myös viittannut *Autobiography*ssa. Painotukseni viktoriaanisen Englannin kasvissyöjien tarkastelussa on lopulta Henry Saltissa, jolla voi nähdä olleen erityinen rooli Gandhin kasvissyönnin muotoutumisessa. Tärkein lähteeni hänen kirjoituksistaan on teos *A Plea for Vegetarianism and Other Essays* (1886). Gandhi viittasi tuotannossaan myös lääkäri Thomas Allinsoniin ja mainitsi lukeneensa hänen kirjoituksiaan kasvissyönnistä. Tiedossa ei kuitenkaan ole, mitä tiettyjä kirjoituksia Gandhi luki Allinsonilta, joten keskityn tutkimuksessani Williamsin, Saltin ja Kingsfordin teoksiin.

Keskityn Gandhin elämänvaiheiden käsittelyyn David Arnoldin teoksen *Gandhi* (2001) ja Judith M. Brownin teoksen *Gandhi. Prisoner of Hope* (1989) valossa. Apunani on myös Rajmohan Gandhin kirja *Gandhi. The Man, His People and the Empire* (2007) ja Louis Fischerin *The Life of Mahatma Gandhi* -teos (1951)<sup>4</sup>. Gandhin ruokafilosofian tutkimuksessa tärkein tutkimuskirjallisuuteni on Joseph S. Alterin teos *Gandhi's Body. Sex, Diet, and the*

---

<sup>1</sup> Gandhi 1927, vii.

<sup>2</sup> Gandhi 1948, 6.

<sup>3</sup> Tutkimuksessa käytetään vuoden 1892 painosta.

*Politics of Nationalism* (2000), joka kertoo Gandhin ruumiillisuuden ja ruokafilosofian yhteiskunnallisesta ulottuvuudesta.

Intialaisesta etiikasta ja ruokakulttuurin perusteista saan tietoa P. Bilimorian, J. Prabhun ja R. Sharman toimittamasta kirjasta *Indian Ethics. Classical Traditions and Contemporary Challenges* (2007) ja Robin Rinehartin toimittamasta teoksesta *Contemporary Hinduism. Ritual, Culture and Practice* (2004). Kyseinen kirjallisuus valaisee tutkimustani hindulaisuuden osuudesta Gandhin ruokafilosofian kehittymiselle. Teokset kuvaavat kattavasti hindulaisuuden luonnetta ja ominaispiirteitä. Ne kertovat intialaisen filosofian kehityksestä ja intialaisen etiikan perusteista, joihin hindulaisen kasvissyönnin aate perustuu. Tämä tieto auttaa minua pääsemään Gandhin kasvissyönnin juurille ja ymmärtämään sen alkuperää ja kehitystä.

Länsimaisen kasvissyönnin historian ja perusteiden tutkimuksessa käytän kirjallisuutena kasvissyönnistä kirjoitettuja teoksia, kuten Colin Spencerin kirjaa *The Heretic's Feast. A History of Vegetarianism* (1995) ja Tristram Stuartin teosta *The Bloodless Revolution. A Cultural History of Vegetarianism from 1600 to Modern Times* (2008). Teokset kertovat kasvissyönnin synnystä ja kehityksestä ottaen huomioon eri uskonnot, yhteiskunnalliset tapahtumat ja kulttuuriset vaikutteet. Viktoriaanisen ajan brittiläisen kasvissyönnin tutkimustani tukee James Gregory'n teos *Of Victorians and Vegetarians. The Vegetarian Movement in Nineteenth-Century Britain* (2007). Henry Saltista on tehnyt tutkimusta George Hendrick, jonka teos *Henry Salt: Humanitarian Reformer and Man of Letters* (1977) on myös tärkeä osa tutkimuskirjallisuuttani. Hendrickin elämäkerta on ainoa Henry Saltista kirjoitettu elämäkertateos ja se kertoo Saltin elämästä keskittyen hänen aatteellisiin vakaumuksiinsa.

## **1.2. Intialainen vegetarismi Gandhin kasvissyönnin lähtökohtana**

### **1.2.1. Kasvissyöjä jo taustansa takia – Gandhin perheen kurinalainen vegetarismi**

Mohandas Gandhi oli kasvissyöjä jo taustansa takia. Hän syntyi kasvissyöjäperheeseen, asui vegetaristisessa maassa ja tunnusti vegetaristista uskoa. Intialainen kasvissyönti pohjautuu Intian pääuskontoon, hindulaisuuteen, mutta on saanut vaikutteita myös jainalaisuudesta ja buddhalaisuudesta.

---

<sup>4</sup> Tutkimuksessa käytetään vuoden 1957 painosta.



Kun Mohandas syntyi, Intia oli ollut Ison-Britannian vallan alaisena jo yli 100 vuotta<sup>5</sup>. Gandhi syntyi 2. lokakuuta 1869 Porbandarin rannikkokaupungissa Gujaratin osavaltiossa nykyisten Intian ja Pakistanin rajalla<sup>6</sup> Luoteis-Intiassa.<sup>7</sup> Hän syntyi ylempään keskiluokkaan kuuluneeseen Bania-kastiin, kauppiassukuun, joka oli uskonnolliselta taustaltaan hindulainen. Suku kuului bhakti-traditioon ja palvoi Vishnu-jumalaa, ja Intian kirjavassa uskonnollisessa kentässä Gandhien uskonto oli väritynyt myös islamilais- ja jainalaisvaikutteista.<sup>8</sup> Gujaratin osavaltion vaishnavat, eli Vishnun palvelijat, ja jainalaiset olivat koko Intian tiukimpia kasvisruokavaliostaan, ja tällä kurinalaisuudella Mohandasinkin vanhemmat kasvattivat hänet.<sup>9</sup> Koko perhe kuului uskonnollisen taustansa johdosta siis kasvissyöjiin. Kasvissyönti oli Gandhin perheelle selviö eikä lihan syöminen ollut edes vaihtoehto.<sup>10</sup>

Gandhin vanhemmat olivat Karamchand ja Putlibai<sup>11</sup> Gandhi, joista Mohandasin isä Karamchand oli myös poliittisesti valveutunut ja toimi aikanaan Porbandarin kaupungin pääministerinä. Mohandasin äiti Putlibai oli taas hyvin uskonnollinen kotiäiti.<sup>12</sup> Hän paastosi säännöllisesti, kävi temppelissä päivittäin eikä Gandhin mukaan viettänyt yhtään ateriaa ruokoilematta ensin. Mohandas Gandhi muisteli äitiään hyveellisenä ihmisenä, lähes pyhimyksenä.<sup>13</sup> Äidin osoittaman esimerkin paastosta uskonnollisena hyveenä voi nähdä siirtyneen Mohandasille, jonka elämässä paasto tuli edustamaan hyvin suurta roolia yhteiskunnallisena vaikuttimena.

Gandhi vietti nuoruutensa kotikaupungissaan Porbandarissa, jossa hän kävi myös koulunsa. 13-vuotiaana Mohandas meni naimisiin kanssaan samanikäisen Kasturbain kanssa, jonka kanssa Mohandas oli aina Kasturbain kuolemaan saakka vuonna 1944<sup>14</sup>. Aviopari sai yhteensä viisi lasta, joista neljä säilyi hengissä. Kaikki lapset olivat poikia.<sup>15</sup>

Gandhin ensimmäinen ravinnollinen kokeilu tapahtui hänen ollessaan lukioikäinen. Ystävänsä innoittamana hän päätti kokeilla lihansyöntiä, sillä uskoi sen antavan hänelle fyysistä voimaa, joka taas olisi mahdollinen vastaus brittiläisten karkottamiseksi Intiasta.

---

<sup>5</sup>Intia oli ollut ensin Brittiläisen Itä-Intian kauppakomppanian hallinnon alaisena vuodesta 1763 lähtien, kun Englanti voitti Ranskan suuressa siirtomaasodassa (1756–1763). Ison-Britannian hallituksen vallan alle se siirtyi 1858 Sepoy-kapinan (1857–1858) jälkeen, jolloin virallisen brittiläisen imperialismin voi katsoa alkaneen. Jesudasan 1984, 3; tarkista sivut Spear 1986, 77–79.

<sup>6</sup>Intia jaettiin eri Intian ja Pakistanin valtioiksi Intian itsenäistyttyä Britannian siirtomaahallinnosta 1947.

<sup>7</sup>Gandhi 1927, 3; Brown 1989, 15–16.

<sup>8</sup>Flood 1996, 259.

<sup>9</sup>Gandhi 1927, 18.

<sup>10</sup>Jesudasan 1984, 8.

<sup>11</sup>Toinen tutkimuskirjallisuudessa esiintyvä kirjoitusasu on Putali Bhai, muun muassa Brown 1989, 21.

<sup>12</sup>Gandhi 1927, 1–3; Brown 1989, 21.

<sup>13</sup>Gandhi 1927, 2.

<sup>14</sup>Brown 1989, 343.

<sup>15</sup>Gandhi 1927, 6–11.

Nuori Gandhi kuitenkin koki suurta syyllisyyttä vanhempiaan kohtaan, koska tiesi heidän järkyttyvän, jos kuulisivat hänen lihansyönnistään. Gandhi päätti, että söisi lihaa avoimesti yhteiskunnallisen reformin hengessä vielä jonain päivänä, muttei vanhempiensa ollessa elossa. Hän ei kuitenkaan koskaan enää palannut lihan pariin.<sup>16</sup> Yhteiskunnan uudistaminen ravinnon kautta taas oli ajatus, joka tulisi olemaan merkityksellinen Gandhille.

Isänsä kuoleman jälkeen, vuonna 1888, Gandhi lähti opiskelemaan lakia Lontooseen. Hänen perheensä suunnitteli hänestä perheen päätä ja tärkeintä elättäjää, joten jokin ammatti oli hankittava. Gandhia itseään kiinnosti lääketiede, mutta hänen isänsä oli toivonut hänestä asianajajaa ja lakimiehen ura olisi myös varmempi polku hallinnollisiin tehtäviin tulevaisuudessa – isäänsä seuraten. Gandhin perhe uskoi englantilaisen tutkinnon olevan hänelle suureksi hyödyksi, joten perhe järjesti Gandhille opiskelupaikan Lontoossa.<sup>17</sup>

### 1.2.2. *Ahimsa* intialaisen vegetarismin keskiössä

Intialainen vegetarismi juontaa juurensa Intian uskontoihin ja intialaisen kasvissyönnin perusteet löytyvätkin näiden uskontojen pyhistä teksteistä. Hindulaisuuden pyhään *Veda*-kirjallisuuteen kuuluu osa, *Upanishadit*, joka kertoo *ahimsasta* ja sielunvaelluksesta intialaisen kasvissyönnin perustana.<sup>18</sup> *Ahimsa* on yleinen käsite buddhalaisuudessa ja jainalaisuudessa, joista se on ajan kuluessa omaksuttu myös hindulaisuuteen. *Ahimsa* on sanskriittia ja tarkoittaa ei-vahingoittamista. *Ahimsan* periaatteena on pyrkimys välttää kaikkien aistivien olioiden vahingoittamista, niin toiminnan kuin ajatuksen tasolla.<sup>19</sup> Buddhalaisuudessa *ahimsa* on pelastusta ja valaistumista, *nirvanaa*, edistävä hyve, kun jainalaisuudessa se on korotettu elämän korkeimmaksi säännöksi ja periaatteeksi.<sup>20</sup> Jainalaisuus kieltää kaiken väkivallan eläviä olentoja kohtaan ja se opettaa välttämään kaikkea elämän vahingoittamista. Uskonnon ensimmäinen sääntö onkin *ahimsan* noudattaminen. Jainalaisuudessa *ahimsa* kehottaa elämän vahingoittamisen välttämisen lisäksi sietokyvyn kasvattamiseen, hyvänsuopaisuuteen, ihmisrakkauteen ja väkivallattomaan kasvisruokavalioon. Jainalaisuus korostaa *ahimsan* lisäksi asketismin tärkeyttä; myös paastoaminen on hyödyllistä ihmisen henkiselle kehitykselle. Kasvissyönti on oleellinen osa jainalaisuutta, sillä se on tapa elää ilman väkivaltaa ja noudattaa jainalaisuuden ensimmäistä sääntöä: elämää *ahimsan* mukaan. Kasvissyönti on näin myös tapa osoittaa kunnioitusta

<sup>16</sup> Gandhi 1927, 17–20; Brown 1989, 15–16.

<sup>17</sup> Gandhi 1927, 32–35; Brown 1989, 21–22.

<sup>18</sup> Walters&Portmess 2001, 38.

<sup>19</sup>The Oxford Dictionary of World Religions 1997, 32; Spencer 2000, 342.

<sup>20</sup> Religious Vegetarianism 2001, 38–39, 61.

jumalalliselle kaikessa luodussa.<sup>21</sup> Monet Gandhia koskevat tutkimukset huomauttavat, että varsinkin hänen äitinsä oli uskollinen *ahimsan* noudattaja.<sup>22</sup>

Hindulaisuuden *Upanishadit* opettavat, että kaikki oleva maailmassa on sielullista. Niiden mukaan jokaisella olennolla on oma sielunsa, *atman*, joka on samalla osa kaiken kattavaa yhtä maailmansielua, *brahmania*. Jotta ihminen tuntisi itsensä, hänen on löydettävä oma *atmaninsa*. Uskonnollisen elämän päämäärä on löytää *atman* ja sen kautta *brahman* – ymmärtää koko maailman olemus. Tämä onnistuu vain hylkäämällä tavallinen käsitys fyysisestä ihmisyydestä. Koska *atman* on osa *brahmania*, se on ikuinen, vaikka onkin sidottu kuolevaan ruumiiseen.<sup>23</sup>

*Upanishadeissa* opetetaan, että ihmisen kuollessa *atman* jättää kuolevan ruumiin ja siirtyy uuteen ruumiiseen, joka voi olla mikä olento tahansa – myös eläin. Ihmisen tekojen moraalinen laatu määrittelee sen, minne *atman* etenee. Hyvät teot vievät parempaan uudelleensyntymään kun taas pahat teot vievät huonompaan. Tällaista ajattelua kutsutaan *karmaksi*. Ihmisen teot määrittelevät sen, kuinka korkealle hän kohoaa jälleensyntymisen ketjussa, *samsarassa*. Elämän tarkoitus on *moksha*, vapautuminen *samsarasta*. Ihminen tavoittaa *mokshan*, kun hänen sielunsa, *atman*, palautuu maailmansieluun, *brahmaniin*. Mitä vähemmän ihminen toimii halujensa kontrolloitavana ja siten tavoittaa omaa *atmaniaan*, sitä lähemmäs *brahmania* ja *moksha* hän pääsee.<sup>24</sup>

Koska ihmisen toiminta on tiiviisti kytkettynä tämän karmaan, ihmisen tulee käyttäytyä tietyllä tavalla, moraalisesti oikein. Tätä varten hindutraditiossa syntyi kirjallisuuden alue, joka opettaa eettisesti oikeaa käyttäytymistä, dharmakirjallisuus. Yksi tunnetuimmista dharmateksteistä on *Laws of Manu*, Manun laki<sup>25</sup>, joka yhdistää karma-ajattelun ihmisen toimintaan yhteiskunnassa. Karma ja jälleensyntyminen eivät liity pelkästään yksilöön vaan myös laajempaan sosiaaliseen toimintaan. Dharmakirjallisuus opettaa, miten ihmisen kuuluu toimia eettisesti oikein ottaen huomioon esimerkiksi tämän elämäntilanteen, sukupuolen ja kastin. Manun laki luettelee ihmisen velvollisuudet ja ikään kuin antaa tämän asemalle sopivan käyttäytymismallin.<sup>26</sup>

Ihmisen ruokavaliollakin on vaikutusta karmaan ja dharmakirjallisuus ohjeistaa myös oikeaan ruokavalioon. Se opettaa, millaisia ruokia ihminen saa syödä, kenen kanssa ja miten valmistaa nämä ruoat. Dharmakirjallisuus ei yleisesti painota tiukkaa kasvisruokavaliota,

---

<sup>21</sup> Religious Vegetarianism 2001, 43.

<sup>22</sup> Alter 2000, x.

<sup>23</sup> Rinehart 2004, 18–19.

<sup>24</sup> Rinehart 2004, 19–20.

<sup>25</sup> Sanskritin kielellä *Manavadharmashastra*, tai *Manusmriti*.

mutta neuvoa yksityiskohtaisesti, mitkä lihat ovat kiellettyjä, mitkä eivät ja miten sallitut lihat tulisi valmistaa. On silti hankalaa sanoa, kuinka tarkasti säädöksiä tosielämässä on seurattu. Kastijärjestelmässä korkealla oleville säännöt ovat olleet tärkeämpiä. Läpi Intian on silti ollut lukuisia erilaisia ruokavaliotraditioita, jotka ovat vaihdelleet suuresti alueittain ja kastilinjaattain.<sup>27</sup>

Intialaisen kasvisvyyönnin perusteiden voi käsittää tulevan ehkä parhaiten esille Manun laissa. Se ohjeistaa hinduja eettisesti oikeiden ruokien pariin, jotka ohjaavat ihmistä hengelliseen puhtauteen. Vaikka *dharmakirjallisuus* ei yleisesti korostakaan tiukkaa kasvisruokavaliota, painottuu vaatimus vegetarismiin Manun laissa. Kyseisen tekstin syntyäika on epävarma, mutta se on määritetty aikavälille 200 eKr. – 100 jKr.<sup>28</sup>

Manun lain mukaan mitään eläviä olentoja ei tule vahingoittaa. Samoin ihmisen tulee pidättäytyä kaikesta toiminnasta, joka voi aiheuttaa vahinkoa eläville olennoille. Manun lain mukaan ihminen, joka pyrkii kaikkien olentojen hyvään, päätyy loputtomaan onneen, kun taas ihminen, joka aiheuttaa tuhoa eläville olennoille tyydyttääkseen jonkin oman halunsa, ei löydä onnea koskaan. Koska lihaa ei voi saada ilman elävien olentojen kärsimystä, on se suljettava pois ravinnosta. Ihmisen täytyy näin pidättäytyä kaikesta lihasta. Manun laki siis esittää, ettei lihaa syövä ja näin eläimille kärsimystä aiheuttanut ihminen voi päästä osalliseksi taivaallisesta onnesta.<sup>29</sup> Henkinen vapautuminen on yhteydessä haluun saada tuottaa kaikille olennoille hyvää ja lupaukseen olla vahingoittamatta eläviä olentoja.<sup>30</sup> Tie *mokshaan* on kasvisvyyönnissä, joka on tekstin mukaan myös sidoksissa terveyteen. Manun laki esittää, että lihasta pidättäytyvä ihminen ei kärsi sairauksista vaan pysyy terveenä.<sup>31</sup>

Manun lain mukaan eläimen tappaja ei ole vain se, joka konkreettisesti ottaa eläimeltä hengen. Tappaja on myös se, joka leikkaa eläimen lihan, joka tarjoaa sitä syötäväksi tai joka syö tarjottavan lihan.<sup>32</sup> Eläimen tappaminen käsitetään täten moniulotteisesti. Tappaminen on synty, jonka suorittaa myös jokainen lihansyöjä.

Asketismi on tekijä, jota tavataan Intian uskonnollisessa kentässä ja jossa se on suhteellisen näkyvä elementti. Kuten todettu, asketismi on ollut etenkin jainalaisuudelle ominainen muoto toteuttaa uskontoa. Historian intialaiset askeetit omistivat elämänsä uskonnolliseen palvelukseen keinoinaan maallisesta elämästä irtautuminen, nautinnoista

---

<sup>26</sup> Rinehart 2004, 22–23.

<sup>27</sup> Rinehart 2004, 26.

<sup>28</sup> Religious Vegetarianism 2001, 41; Contemporary Hinduism 2004, 26.

<sup>29</sup> Religious Vegetarianism 2001, 41–42.

<sup>30</sup> Religious Vegetarianism 2001, 38.

<sup>31</sup> Religious Vegetarianism 2001, 42.

<sup>32</sup> Religious Vegetarianism 2001, 42.

kieltäytyminen ja itsekurin harjoittaminen. Tapoja toteuttaa askeettista elämää olivat esimerkiksi selibaatti, paasto, hiljaisuuden harjoittaminen, ruoan kerjääminen, univajeen ylläpito, pitkitetty jaloilla seisominen ja eristäytyminen muista. Vaeltava asketismi on ollut intialaiselle asketismille hyvin yleinen piirre: askeetit luovuttivat vaatteensa ja omaisuutensa, irtautuivat perheestään ja elivät vaeltaen. Hindulaisuudessa askeettinen elämäntapa saattoi tuoda mukanaan myös valtaa tai pyhyyttä: lähes jumalallisen statuksen. Intialaisessa kulttuurissa asketismi on yhdistetty hengelliseen puhtauteen, viisauteen, aitouteen, kieltäymykseen, irtautumiseen, kontrolliin, pyhyteen, marginaalisuuteen ja valtaan.<sup>33</sup>

Ruokavalio oli Gandhille keino toteuttaa uskontoaan ja elää *ahimsaa* todeksi. Hän sai uusia piirteitä ravintokäsitykseensä Englannissa, kun siellä opiskellessaan 1888–1891 tutustui englantilaiseen kasvissyönttiin. Ikivanha intialainen uskonnollisen kasvissyönnin traditio kohtasi modernin länsimaisen vegetarismin Gandhin ajattelussa, kun hän 1888 saapui laivalla Lontooseen.

### **1.3. Vegetarismi – myöhäsviktoriaanisen Englannin reformiliike –1888**

#### **1.3.1. Länsimaisen kasvissyönnin historia englantilaisen vegetarismin taustalla**

Tutkijat Alan Beardsworth ja Teresa Keil esittävät teoksessaan *Sociology on the Menu* (2000), että ihmisellä on oltava painava syy, jos hän aikoo jättää ravintopitoisen lihan vapaaehtoisesti pois ruokavaliostaan: eettisesti painottunut tai kantaaottava. Ensimmäisten kasvissyöjien voidaan arvella eläneen aloilleen asettuneessa ja maatalouteen perustuneessa yhteiskunnassa, jossa kyseisten näiden ihmisten asema olisi ollut erityinen ja turvattu; kenenkään epävarmassa tilanteessa tai taloudellisessa ahdingossa elävän ei kuvittelisi vaarantavan itseään kieltäytymällä tärkeästä ravinnollisesta lähteestä. Lihan hylkääminen ruokavaliosta on Beardsworthin ja Keilin mukaan ollut lähes varmuudella voimakkaasti latautunut ja symbolinen teko, joka on mahdollisesti toiminut kannanottona vallitsevaan yhteiskuntaan tai kulttuuriin.<sup>34</sup>

Varhaisen kasvissyönnin motiivit ovat usein perustuneet myös erilaisten ideologioiden ja filosofioiden pohjalle. Kasvissyönti kuvastaa ihmisen käsityksiä ruoasta ja oleellisessa roolissa ovat myös uskonnolliset ruokatabut.<sup>35</sup> Antiikin kreikkalaisen kasvissyönnin voi

---

<sup>33</sup> Olson 2015, 4–6.

<sup>34</sup> Beardsworth & Keil 2000, 219.

<sup>35</sup> Tuija Korhosen kommentaari "Antiikin käsityksiä kasvissyönnistä" teoksessa *Lihansyönnistä* 2004, 61.

käsittää reaktioksi kreikkalaisen kulttuurin lihankulutusta kohtaan ja vastavoimaksi lihan assosioimiseen ruumiilliseen voimaan.<sup>36</sup> Antiikin vegetarismilla oli niin sen uskonnolliset, moraaliset kuin terveydellisetkin perustelunsa. Ensinnäkin uskottiin sielunvaellukseen ja ajateltiin, että jonkun ihmisen sielu saattoi elää eläimessä. Näin lihansyönti rinnastettiin kannibalismiin eli ihmissyöntiin.<sup>37</sup> Toiseksi korostettiin eläinten ja ihmisten välistä suhdetta; eläimiä tuli kohdella samalla tavoin kuin ihmistä. Terveydellinen peruste keskittyi taas eläimen tappamisen ja nauttimisen haitallisuuteen ihmiselle. Eläinten tappamisen voidaan nähdä johtavan myös ihmisen moraalin halventamiseen ja lihan nauttimisen heikentävän sielun kykyä henkiseen työhön, joka oli antiikin aikana ihailtua.<sup>38</sup> Kevyen ruokavalion merkitystä henkiselle työlle pidettiin olennaisena. Filosofi Plutarkhoksen (n.25–n.125 jKr.) mukaan sielu raaistuu ja hämmentyy lihansyönnistä.<sup>39</sup> Elämäntapa *Bios theoretikos*, eli kontemplatiivinen elämä, oli sen aikainen filosofi-ihanne, joka korosti kohtuutta ja jopa askeettisuutta.<sup>40</sup>

Kristinuskon ensimmäisinä vuosisatoina ja keskiajalla kasvissyönti eli kristinuskossa askeesin ihanteen rinnalla. Tutkija Päivi Salmesvuoren mukaan kristillinen paasto ja asketismi syntyivät sen ensimmäisinä vuosisatoina; asketismin ihanne voimistui 300-luvulta lähtien, kun kristittyihin kohdistetut vainot ja sen myötä myös marttyyrius, eli uskonsa puolesta kuoleminen<sup>41</sup>, loppuivat. Asketismin taustalla eli käsitys ruumiin ja sielun suhteesta ja siten ruumiintilan vaikutuksesta sieluun.<sup>42</sup> Kristinuskon sisällä vaikuttivat niin juutalainen kuin antiikin kreikkalainenkin traditio ja Raamatun asketismin esimerkin lisäksi varhaiskristillisessä asketismissa vaikutti myös kreikkalainen filosofia.<sup>43</sup> Viisaudelle ja henkiselle kehitykselle omistautuminen vaati usein kurinalaisuutta ja askeesia, joka ilmeni itsehillintänä ja kilvoitteluna.<sup>44</sup> Askeesin tavoitteena oli kehittää ihmisen henkisyttä ja älyllisyyttä; askeesi ei ollut vain dualistista jakoa henkeen ja ruumiiseen tai ruumiskielteisyyttä, vaan älymyönteisyyttä. Materia oli alisteinen hengelle ja materiaa ja siten ruumista oli kontrolloitava ihmisen kohoamiseksi ylöspäin kohti intellektuaalisuutta.<sup>45</sup> Yksi keino tähän ruumiin kuolettamiseen oli askeettinen suhtautuminen ruokaan. Ainakin

---

<sup>36</sup> Beardsworth & Keil 2000, 220.

<sup>37</sup> Gilhus 2006, 65.

<sup>38</sup> Gilhus 2006, 65–66.

<sup>39</sup> Plutarkhos 2004, 18.

<sup>40</sup> Tua Korhosen kommentaari "Antiikin käsityksiä kasvissyönnistä" teoksessa *Lihansyönnistä* 2004, 63.

<sup>41</sup> Heikkilä & Lehmijoki-Gardner 2004, 406.

<sup>42</sup> Salmesvuori 2002, 59.

<sup>43</sup> Lehmijoki-Gardner 2007, 38.

<sup>44</sup> Lehmijoki-Gardner 2007, 41.

<sup>45</sup> Lehmijoki-Gardner 2007, 43.

pythagoralaisuudessa liha kuului kiellettyjen ruokien listalle.<sup>46</sup> Keskiajalle tultaessa kasvisyönni siirtyi luostareihin: askeettinen elämä läntisessä kristikunnassa keskittyi 500-luvulta lähtien erakkohengellisuuden ja maallikkohengellisuuden lisäksi myös luostarihengellisyteen.<sup>47</sup>

Kasvisyönni ei ole ollut länsimaiden historiassa aina uskonnollisesti painottunutta. Renessanssin aikainen vegetarismi oli uusplatonilaisesti väritynyttä ja jopa kannanotto kristinuskoa vastaan, kun itsenäinen ajattelu sai usein kirkollisen vallan vastaisia muotoja.<sup>48</sup> Kristinuskon on kuitenkin aina elänyt länsimaisen kasvisyönnin rinnalla ja ollut yksi näkökulma vegetarismiin.

Tutkija Heikki Mikkeli esittää kasvisyönnin nousseen yleisempään tietoisuuteen antiikin jälkeen seuraavan kerran vasta renessanssin aikana, kun antiikin tekstit tulivat paremmin tunnetuiksi. Antiikin tekstien tuntemuksen lisäksi kasvisyönnin julkisuuden kasvuun vaikutti myös askeettis-puritaanisen elämäntavan suosio. Yksinkertaisemman kasvisravinnon idea sopi tähän kohtuullisuutta korostavaan elämäntapaan. Myös lääketiede alkoi kehittyä. Lääketieteen osa, joka painotti sairauksien parantamisen sijaan terveyden ylläpitämisen ensisijaisuutta, dietetiikka, korosti karaistumisen tärkeyttä. Tähän karaistumisen ideaan kuuluivat viileyttä korostavat terveysohjeet, muun muassa viileät kasvisruoat.<sup>49</sup>

Ennen 1700- ja 1800-lukujen vaihteen teollista vallankumousta Englannissa kysymys lihansyönnistä oli filosofisen kamppailun keskiössä, kun pyrittiin määrittämään ihmisen oikea suhde luontoon. Länsimaat olivat tottuneet ajatukseen ihmisestä luonnon herrana ja valistusajan vegetarismi kyseenalaisti tämän näkemyksen. Perinteinen ajatus ihmisen luonnonherruudesta oli syntynyt Raamatun luomiskertomuksen tulkinnasta, jonka mukaan Jumala olisi luonut maan ja kaikki sen antimet ihmisen käytettäväksi (1. Moos. 1:26-30). Uuden ajan kasvisyöjät haastoivat luomiskertomuksen vanhan tulkinnan uudella näkemyksellä, joka perustui ihmisen ja luonnon harmoniaan, joka oli heidän mukaansa luomiskertomuksen oikea sanoma. Kasvisyönnillä saatettiin jopa pyrkiä idylliseen paratiisielämään: samanlaiseen elämään, jota Aatami ja Eeva elivät ennen lankeemusta.<sup>50</sup>

---

<sup>46</sup> Lehmijoki-Gardner 2007, 41.

<sup>47</sup> Lehmijoki-Gardner 2007, 119

<sup>48</sup> Spencer 1995, 195.

<sup>49</sup> Mikkeli 1998, 294.

<sup>50</sup> Stuart 2008, xvii–xix.

Tämä kristillisperäinen kasvissyönnin aate on vaikuttanut viktoriaanisen ajan<sup>51</sup> vegetarismien taustalla.

Kasvissyönnistä tulikin 1700–1800-lukujen vaihteen Englannissa yksi älymystön intellektuaalisen keskustelun suosikkiaiheista. Kasvisruokavalio sai monia tärkeitä puolestapuhujia tuekseen ja yksi sen tunnetuimmista ajajista oli muun muassa runoilija Percy Bysshe Shelley (1792–1822). 1800-luvun vaihteen vegetarismien puolustajien argumenteissa ilmenee jo nykyajan kasvissyönnin tunnusmerkkejä. Eläinten teurastus ymmärrettiin ihmisen mieltä raaistavaksi. Lihansyöntiä pidettiin epäterveellisenä ja etenkin ihmisen fysiologialle luonnottomana vaihtoehtona. Sen esitettiin tekevän ihmisistä villejä ja julmia ja se johti ainakin välillisesti eläinten kärsimykseen. Moraalinen argumentti oli myös tärkeä: eläinten rinnastaminen ihmisiin yleistyi ja niihin alettiin liittää aiemmin vain ihmiselle kuuluneita oikeuksia. Taloudellinen argumentti alkoi saada myös yhä enemmän suosiota – maan käyttö viljelykseen olisi kannattavampaa kuin laiduntaminen, joka oli viljelyä tehottomampaa ja tuhlaavampaa.<sup>52</sup>

### **1.3.2. Kasvissyönti yhteiskunnan uudistuksen keinona**

Viktoriaanisessa Englannissa kasvissyönti oli marginaalinen ilmiö, mutta se keskittyi pitkälti niihin asioihin, jotka koettiin sen aikaisessa yhteiskunnassa huolestuttaviksi. Monet näistä asioista liittyivätkin ruokaan, kuten esimerkiksi kansan ruokavarat ja talous sekä ihmisten kansallinen ja sosiaalinen identiteetti. Vegetaristinen liike ajoi myös eettisiä asioita; ihmisen suhde eläimiin, ihmisten välinen väkivalta ja naisen asema olivat sen peruskysymyksiä.<sup>53</sup> Kaupungistunut yhteiskunta piti sisällään suuria sosiaalisia ongelmia, jotka stimuloivat moraalisten ja sosiaalisten uudistusliikkeiden toimintaa. Ongelmalliseksi koettiin kaupungeissa muun muassa ruoan laadun huononeminen, epäsiisteys, melu ja tylsyys. Ympäristölliset seikat auttavat ymmärtämään, miksi fyysisen puhtauden tavoittelu oli erittäin suosittua viktoriaanisen ajan Englannissa. Kaupunkia pidettiin arvossa sen kehittyneisyyden ja oletetun sivistyneisyyden takia, mutta maaseutua ihannoitiin sen kauneuden ja puhtauden johdosta. Reformiliikkeille oli tyypillistä tämän kaltainen kaipuu maalle ja usein käytetty käsite niissä olikin ”paluu luontoon”.<sup>54</sup> Kaupunkien köyhälistön ravinto oli myös yksi niistä

---

<sup>51</sup> Viktoriaaninen aikakausi katsotaan Englannissa kestäneen vuodesta 1837 vuoteen 1901, jolloin kuningatar Viktoria oli vallassa. Aikaa voidaan pitää myös teollisen kehityksen ja britti-imperiumin huippukautena. Tingsten 1966.

<sup>52</sup> Mikkeli 1998, 296–297.

<sup>53</sup> Gregory 2007, 1.

<sup>54</sup> Gregory 2007, 35–37.



asioista, jotka herättivät keskustelua uudistusliikkeissä. Englantilaiset kasvissyönnin puolustajat hyökkäsivät kaupunkien ruoan laatua vastaan ja esittivät, että kasvisruokavalio olisi terveellisempi ja myös taloudellisempi vaihtoehto köyhille.<sup>55</sup> Ennennäkemätön väestönkasvu ja kaupungistuminen olivat aiheuttaneet lukuisia ongelmia ja ihmisten yleisestä terveydestä tuli näin myös poliittinen tekijä.<sup>56</sup>

Yksi perustelu kasvissyönnille viktoriaanisena aikana oli sen taloudellinen kannattavuus. Liha oli kallista ja vegetarismien edustajien mukaan kasvissyönnin tuli kaupunkien köyhemmille asukkaille edullisemmaksi kuin lihankulutus. Kasvissyönnin yhdistykset esittivät edustavansa kaikkia yhteiskuntaluokkia, mutta todellisuudessa suurin osa heistä oli keskiluokasta ja korkeammasta työläisluokasta.<sup>57</sup> Työväestön kannatuksen hankkiminen oli kaupunkien yhdistyksille tärkeää ja sen eteen työskenneltiin ahkerasti. Taloudelliset vastoinkäymiset ja ajoittainen työttömyys oli aikakaudella yleistä ja taloudellinen turvattomuus antoi hyvän maaperän vegetarismien levittämiseksi. Todellisuudessa kasvissyönnin saattoi tulla jopa kalliimmaksi kuin lihansyönnin tai sekaravinto, sillä kasvikset ja hedelmät olivat Englannissa tuolloin kalliita. Myös ravintoarvoltaan hyvien raaka-aineiden kuten linssien tai kookijyväjauhon saaminen oli usein hankalaa ja kallista.<sup>58</sup>

Viktoriaaninen aika oli reformiliikkeiden aikaa ja ehkäpä yksi suurimmista liikkeistä oli raittiusliike, joka eli voimakkaana myös ajan kasvissyönnin aatteen sisällä. Tämä henkilökohtaiseen uudistukseen tähtäävä aate oli yhdistettävissä ajatukseen fyysisen puritanismin tavoittelusta, joka oli ominaista ajan terveysliikkeille. Terveyttä koskevan tiedon lisääntyminen oli lisännyt ihmisten kiinnostusta terveyteen ja viktoriaanisen ajan ihmisille olikin tyypillistä jopa radikaali hyvän terveyden ja fyysisen puritanismin tavoittelu.<sup>59</sup> Kasvissyönnillä ja muilla vaihtoehtoisilla fyysisen puritanismin tavoitteluun keskittyneillä uudistusliikkeillä oli kaksi painotusta: sekä ihmisen oman yksilöllisen terveyden että julkisen sosiaalisen terveyden parantaminen. Erilaisten hoitomenetelmien kokeilu oli muodikasta ja eri vaihtoehtoja sovellettiin keskenään.<sup>60</sup> Käsite fyysinen puritanismi viittaa myös ihmisen terveyden, moraalin ja uskonnon väliseen vuorovaikutukseen.<sup>61</sup> Ihmisten ruokavalion

---

<sup>55</sup> Gregory 2007, 37–38.

<sup>56</sup> Gregory 2007, 69

<sup>57</sup> Gregory 2007, 151–152.

<sup>58</sup> Gregory 2007, 154–156.

<sup>59</sup> Gregory 2007, 69.

<sup>60</sup> Gregory 2007, 71.

<sup>61</sup> Gregory 2007, 69.

muuttaminen niin yksityisesti kuin sosiaalisesti ja julkisesti oli osa suurempaa ruokareformia, joka pyrki ihmisten fyysisen, mentaalisen ja moraalisen kunnon parantamiseen.<sup>62</sup>

Yhteisöjen perustaminen oli viktoriaanisen ajan runsaille uudistusliikkeille ominaista.<sup>63</sup> Englannin Ramsgatessa, sairaala Northwood Villassa, pidetyssä kokouksessa perustettiin 1847 Englannin ensimmäinen kasvissyöjien yhteisö, *The Vegetarian Society*. Ensimmäisen vuoden jälkeen järjestöllä oli jo 478 jäsentä.<sup>64</sup> *The Vegetarian Society*n ensimmäinen kokous 1847 pyrki määrittelemään kasvissyönnin perusteet. Yhdistyksen mukaan kasvisruokavalio on ihmisen luonnollinen ruokavalio, jonka Jumala on luomisessa ihmiselle määrännyt antaessaan tälle ravinnoksi kaikki maan päällä elävät siemenet ja kasvit (1. Moos. 1:29–30). Viktoriaanisen ajan vegetaristit näkivät tämän Jumalan käskynä kasvisruokavalion noudattamisesta.<sup>65</sup> Liha koettiin terveydelle tuhoisaksi, kun kasvikset taas ovat terveyttä edistäviä ja elämää antavia. Myös ekologinen näkökulma oli jo liikkeen perustamisaikoihin esillä: Lihatuotanto tuhosi maata ja resursseja. Lihan käsitettiin olevan terveyden lisäksi myös ihmisen luonteelle vaarallista. Eläinten teurastus teki liikkeen edustajien mukaan ihmisestä brutaalin ja itse lihansyönti aiheutti aggressiota. Argumenteissaan *The Vegetarian Society* tukeutui antiikin kirjoittajiin, mutta myös Raamattuun.<sup>66</sup>

Kehittyvä ja teollistuva englantilainen yhteiskunta toi vegetaristeille koko ajan uusia vaikutusmahdollisuuksia. Teollinen kehitys ja sen mahdollistama uudenlainen filosofinen keskustelu ihmisen paikasta maailmassa vaikutti yhteiskunnan muotoutumassa olleisiin arvoihin.<sup>67</sup> Yksi näistä uusista arvoista oli sympatia. Sympatiasta<sup>68</sup> tuli yksi moraalifilosofian oleellisista periaatteista jo myöhäisellä 1600-luvulla ja se on siitä asti hallinnut länsimaisen kulttuurin etiikkaa. Sympatiasta tuli myös kasvissyöjien uusi puolustus vegetarismille, kun lihansyönti ymmärrettiin ihmisen oman etiikan vastaiseksi. Viktoriaanisen ajan kasvissyönnin puolustajat esittivät, että ihmisen luontainen sympatia eläimiä kohtaan ilmentää, että eläinten tappaminen on ihmisluonnon vastaista.<sup>69</sup> Teollistuminen ja kaupungistuminen olivat lisänneet ihmisten myötätuntoa myös kärsimystä kohtaan ja huoli eläimistä kukoistikin 1800-luvulla. Lisäkö teollistuminen kärsimystä, ei ole oleellista, mutta teollistuminen teki

---

<sup>62</sup> Gregory 2007, 86.

<sup>63</sup> Stuart 2006, xxv.

<sup>64</sup> The Vegetarian Society s.a.

<sup>65</sup> Stuart 2008, xviii.

<sup>66</sup> Spencer 1995, 285.

<sup>67</sup> Stuart 2008, xvii–xix.

<sup>68</sup> Sympatia voidaan käsittää myös myötätunnoksi. Stuart 2006, xxiii.

<sup>69</sup> Stuart 2008, xxiii.

ihmisistä tietoisempia siitä. Kärsimystä kohtaan tunnettu inho kasvoi ja sympatia nosti päätään.<sup>70</sup>

Etiikalla oli suuri rooli ihmisten kääntymisessä kasvissyöjiksi. Moni myöhäisviktorianainen kasvissyöjä halusi eläimiä kohdeltavan humanimmin ja ihmisen olevan vähemmän pedon kaltainen. Kärsivät eläimet, julmat teurastajat sekä yleisesti se kipu, jota lihatuotannossa oli, aiheuttivat monissa ahdistusta. Eläinten olot kaupungeissa olivat usein huonommat kuin maaseudulla. Monet kääntyivät kasvissyöjiksi pelkän myötätunnon takia – heidän kääntymyksensä oli heidän sanojensa mukaan moraalinen valinta. Eläinten oikeuksia ajavia yhdistyksiä perustettiin ja koe-eläinten käyttöä ja eläimiä kuluttavia urheilulajeja arvosteltiin. Eettiseen näkemykseen liittyy läheisesti myös uskonto.<sup>71</sup>

Kristillisessä kentässä myöhäisviktorianainen kasvissyönti voitiin nähdä joko kristillisen armon ilmauksena tai asketismin ilmentymänä.<sup>72</sup> Kristilliset kasvissyöjät esittivät, että henki ja ruumis ovat tiiviisti kytköksissä ja siten vaikuttivat kiinteästi toisiinsa. Ihmisen moraali ei voinut olla hyvä, jos hänen fyysiset tapansa olivat huonot. Ajateltiin, että terveysuudistus oli tarpeellinen väline puhtaan moraalin saavuttamiseksi.<sup>73</sup> Vegetarismiin oli myös niin kutsuttu humanitaarinen lähestymistapa, joka oli luonteeltaan niin ikään eettinen. Humanitaarit uskoivat, että eläinten teurastus ja lihansyönti voivat johtaa ihmistenväliseen väkivaltaan ja lopulta ihmisten tappamiseen.<sup>74</sup>

## **2. Kasvissyönnin vakaumus muotoutuu 1888–1914**

### ***2.1. Tutustuminen Lontoon vegetaristeihin 1888–1891***

#### **2.1.1. Vakaumuksellisen kasvissyönnin ensiaskeleet**

Myöhäisviktorianainen Englanti kehittyi alati; englantilainen yhteiskunta oli muutoksen keskellä. Teollistuminen ja kaupungistuminen houkuttelivat ihmisiä aktiivisuuteen ja syntyi jatkuvasti uusia uudistusliikkeitä, jotka olivat kannanottoja teollistumisen ja kaupungistumisen aiheuttamiin ongelmiin.<sup>75</sup> Tähän kuohuvaan ympäristöön ja aatteiden sulatusuuniin 18-vuotias Gandhi saapui Intiasta 1888 tullessaan opiskelemaan lakia Englantiin.

---

<sup>70</sup> Murros 1996, 9.

<sup>71</sup> Gregory 2007, 88–89.

<sup>72</sup> Tässä kristillinen armo viitanee eettiseen painotukseen ja asketismi yksilön henkilökohtaiseen fyysisen puritanismin tavoitteluun.

<sup>73</sup> Gregory 2007, 99–100.

<sup>74</sup> Gregory 2007, 97.

Gandhi asettui asumaan ystävänsä luo Richmondiin ja alkuaika Englannissa oli haastavaa etenkin ravinnollisesta näkökulmasta. Gandhi ei pystynyt syömään kaikkia taloudessa tarjottuja ruokia kärsien nälästä ja hän kertoi jälkeenpäin omaelämäkerrassaan, kuinka hänen ystävänsä koetti suostutella häntä syömään lihaa, mutta Gandhi kuitenkin aina kieltäytyi siitä vedoten lupaukseensa pysyä kasvisruokavaliossa. Hän kuvaili itseään hyväksi syöjäksi, joka ei uskaltanut pyytää lisää ruokaa, vaikka oli nälkäinen. Sama ravinnollinen kamppailu jatkui lähikuukausien ajan, vaikka Gandhi muutti Lontooseen uuteen talouteen. Tutustuessaan uuteen kaupunkiin hän etsi kasvisruokaravintoloita ja löysi ensimmäisen Farringdon Streetiltä. Ravintolaan sisään astuessaan Gandhi huomasi oven lähellä myytäviä kirjoja, joista osti itselleen Henry S. Saltin *A Plea for Vegetarianism and Other Essays* -teoksen. Jälkeenpäin Gandhi kirjoitti, että ateria kasvisravintolassa oli ensimmäinen kunnon ateria, jonka hän oli saanut Englannissa ollessaan. Hän koki Jumalan<sup>76</sup> tulleen tuolloin hänen avukseen.<sup>77</sup>

Gandhin omien sanojen mukaan Saltin kirjoitus muutti hänen suhtautumisensa kasvisvyyntiin. Teoksen avulla hän löysi itselleen oikeutuksen olla kasvisvyyntä ja siunasi päivän, jona oli antanut lupauksen pidättäytyä lihansyönnistä. Gandhi oli aiemmin salaa toivonut, että intialaisilla olisi oikeus syödä lihaa niin halutessaan, mutta Saltin kirjoitus toi Gandhin uusiin ajatuksiin. Hän päätti nyt itse, omasta halustaan, olla kasvisvyyntä ja otti kasvisvyyntin levittämisen omaksi missiokseen.<sup>78</sup>

Gandhin kiinnostus ravintotieteeseen kasvoi Henry S. Saltin kirjoituksen innoittamana. Gandhin henkilökohtainen usko kasvisruokavalioon kasvoi päivä päivältä, ja hän etsi käsiinsä kaikki aiheeseen liittyvät saatavilla olevat kirjat ja luki ne. Gandhia inspiroivia kirjoittajia olivat tuohon aikaan lääkärit Howard Williams, Anna Kingsford ja Thomas Allinson.<sup>79</sup> Tutkiessaan kasvisvyyntin puolustajien kirjoituksia Gandhi huomasi kirjoittajien tarkastelevan kasvisvyyntiä eri näkökulmista: uskonnollisesta, tieteellisestä, käytännöllisestä ja lääketieteellisestä näkökulmasta. Gandhin mukaan heidän eettinen näkemyksensä oli se, että ihmisen ylemmyys eläimiä kohtaan tulisi ilmetä eläinten suojelemisena eikä niiden käyttämisenä ravinnonlähteenä. He esittivät, että ihmisen ja eläimen välinen suhde tulisi olla kuin ihmisten keskinäinen suhde, jossa toinen auttaa toista. Nämä kasvisvyyntin puolustajat kirjoittivat myös, että ihmisen ei tule syödä nautinnosta, vaan

---

<sup>75</sup> Gregory 2007, 35–37.

<sup>76</sup> Gandhi kirjoitti jumalastaan käyttäen aina isoa alkukirjainta, joten teen tutkimuksessani samoin. Kyse ei kuitenkaan ole kristinuskon Jumalasta.

<sup>77</sup> Gandhi 1927, 41–43.

<sup>78</sup> Gandhi 1927, 43.

elääkseen.<sup>80</sup> Tämän viimeisen ajatuksen voimme nähdä toistuvan Gandhin kirjoituksissa läpi vuosien. Esimerkiksi *Guide to Health* -teoksessa vuodelta 1906 Gandhi kirjoitti, että ihmisten tulisi syödä vain ylläpitääkseen terveyttään, ja vain sitä varten tarpeellinen määrä. Mitä enemmän ihmiset syövät mielihalun tähden, sitä enemmän heidän terveytensä kärsii. Kaikkien tulisi yrittää säädellä ruokahaluaan.<sup>81</sup> Vuonna 1948 julkaisussa *Key to Health* -teoksessa Gandhi esitti, että ruoka tulisi ottaa vastuuasiana ja sitä tulisi syödä vain kehon ylläpidon tähden.<sup>82</sup>

Gandhin mukaan osa hänen Lontoossa lukemistaan kirjoittajista oli sitä mieltä, että ihmisen fysiologian mukaan ihminen ei olisi alkujaan ruokaa valmistava olento, vaan hedelmiä ravinnokseen syövä. Heidän mukaansa hampaiden tulon jälkeen ihmisen tulisi siirtyä äidinmaidosta kiinteään ravintoon. Kirjoittajien lääketieteellisen näkemyksen mukaan ihmisen tulisi välttää mausteita ravinnossaan. Käytännöllisen ja taloudellisen lähestymistavan mukaan vegetarismi olisi edullisempi vaihtoehto kuin lihaperäinen ruokavalio. Omaelämäkerrassaan Gandhi esitti kaikkien edellä mainittujen näkökohtien vaikuttaneen häneen ja hän tuli tutustuneeksi kaikkia näitä näkökulmia edustaneisiin kasvissyöjiin Lontoon kasvisruokaravintoloissa. Gandhi liittyi *The Vegetarian Society*yn, tilasi heidän viikkojulkaisuaan ja löysi pian itsensä heidän johtoryhmästään. Tässä vaiheessa elämäänsä Gandhi tutustui englantilaisen kasvissyönnin johtohahmoihin ja aloitti omat ruokavaliokokeilunsa.<sup>83</sup> Ruokavaliokokeiluista tuli tärkeä osa Gandhin elämää. Niiden alkuperäinen syy oli terveys, mutta myöhemmin tärkeimmäksi motivoijaksi tuli uskonto.<sup>84</sup>

Ensimmäiset ruokakokeilut olivat erilaisia dieettejä, kuten tärkkelyspitoisten ruokien poisjättämistä, pelkästään kananmunien, juuston ja maidon nauttimista tai pitäytymistä vain leipään ja hedelmiin.<sup>85</sup> Gandhi esitti kokeilujensa motiiviksi tuolloin olleen ekonomia ja hygienia.<sup>86</sup> Ruokakokeilut saivat Gandhin pohtimaan myös sitä, mikä on lihaa hänelle. Hän palasi äidilleen antamaansa valaan olla syömättä lihaa ymmärtäen, että myös kananmunat lasketaan lihaperäiseksi ravinnoksi, ja siten jätti kananmunat pois omasta ruokavaliostaan. Vaikka Gandhi koki tämän päätöksen velvollisuudekseen, se ei ollut hänelle helppoa, koska päätöksen myötä hän joutui luopumaan myös monesta herkustaan.<sup>87</sup> Rivien välistä voimme

---

<sup>79</sup> CWMG (I), 91; Gandhi 1927, 44; 424–425; Stuart 2006, 424–425.

<sup>80</sup> CWMG (I), 91–92; Gandhi 1927, 50.

<sup>81</sup> Gandhi 1906, 30.

<sup>82</sup> Gandhi 1948, 21.

<sup>83</sup> Gandhi 1927, 50.

<sup>84</sup> Gandhi 1927, 44.

<sup>85</sup> Gandhi 1927, 50.

<sup>86</sup> Gandhi 1927, 52.

<sup>87</sup> Gandhi 1927, 51.

lukea, kuinka Gandhin ravintokäsitys pohjautui pitkälti hänen äidilleen antamaansa lupaukseen; vala oli Gandhin vegetarismien motiivi ja perusta, johon kaikki kokeilut perustuivat ja jonka kautta hän etsi sille aina uudet perusteet.

Ruokavaliokokeilujen ohella Gandhi pyrki myös yksinkertaistamaan omia elintapojaan vähentääkseen elinkustannuksiaan, jotta hän kuormittaisi perhettään taloudellisesti mahdollisimman vähän. Hän muutti pienempään asumukseen ja alkoi tehdä itse ruokaa säästääkseen rahaa. Samaan aikaan hän opiskeli intensiivisesti ja pääsi opinnoistaan läpi. Jälkeenpäin Gandhi kertoi omaelämäkerrassaan, että elämän yksinkertaistaminen ei ollut tuolloin kurja kokemus, vaan muutos toi harmoniaa hänen sisäiseen ja ulkoiseen elämäänsä. Gandhi koki, että hän sai näin elää totuudenmukaisempaa elämää, mistä hänen sielunsa koki rajatonta onnea.<sup>88</sup>

### 2.1.2. Henry S. Salt ja kasvissyönnin ekonomiset hyödyt

Gandhi esitti omaelämäkerrassaan *Autobiography*, kuten myös puheessaan *The Moral Basis of Vegetarianism*, että Henry S. Saltin *A Plea for Vegetarianism* -teoksella oli ollut suuri merkitys hänen kasvissyönnilleen.<sup>89</sup> Tutkija Joseph S. Alter esittää *Gandhi's Body* -teoksessaan, että ennen kirjan lukemista Gandhin vegetarismi oli ollut aspektiltaan yksinomaan henkilökohtaista. Saltin teoksen lukemisen jälkeen Gandhi teki tietoisin valinnan vakaumukselliseen kasvissyöntiin.<sup>90</sup> "Valinta tehtiin nyt vegetarismien ja sen levittämisen eduksi, josta tästä lähtien tuli missioni."<sup>91</sup> Gandhin näkökulma kasvissyöntiin muuttui, kun hän oivalsi, että ruokavalio voi tuoda moraalisen ja terveydellisen muutoksen myös suuremmassa skaalassa, yhteiskunnallisella tasolla.<sup>92</sup>

Henry S. Saltia on luonnehdittu 1800-luvun lopun ja 1900-luvun alun kokeneimmaksi ja väsymättömimmäksi englantilaisen eettisen kasvissyönnin ja eläinten oikeuksien puolestapuhujaksi.<sup>93</sup> Myöhäisviktorianinen aika tunsu Saltin humanitaarina, sosialistina ja vapaa-ajattelijana, jollaisiksi hän itsekin identifioi itsensä. Henry S. Salt kuvasi itseään ennen kuolemaansa 1939: "Kuolen, kuten olen elänyt: rationalistina, sosialistina, pasifistina ja humanitaarina".<sup>94</sup>

Henry S. Salt kääntyi kasvissyöjäksi opiskelujensa loppuaikoina Etonissa. Häneen

---

<sup>88</sup> Gandhi 1927, 49.

<sup>89</sup> Gandhi 1931, 13; Gandhi 1927, 43.

<sup>90</sup> Alter 2000, 10.

<sup>91</sup> Gandhi 1927, 43.

<sup>92</sup> Alter 2000, 10.

<sup>93</sup> Ethical Vegetarianism, 115.

vaikutti huomattavasti humanitaarin ja kasvisyöjän Howard Williamsin (1837–1931) teos *The Ethics of Diet* (1883), joka käsitteli kasvisyönnin eettistä ja moraalista ulottuvuutta ja ruokareformin mahdollisuuksia. Vegetarismi oli Saltille enemmän kuin pelkkä ruokavalio. Se oli elämäntapa – tie uuteen, humaaniin elämään järkevämmän ruokavalion kautta<sup>95</sup>.

Salt kirjoitti kasvisyönnistä paljon, mutta ehkä kuuluisimmat hänen vegetarismia käsittelevistä kirjoituksistaan ovat *A Plea for Vegetarianism and Other Essays* -teos ja *The Humanities of Diet* -essee.<sup>96</sup> *A Plea for Vegetarianism* käsitteli yleisesti kasvisyönnin ja lihansyönnin puolustajien välistä keskustelua myöhäisviktorianisessa Englannissa ja pyrki puolustamaan kasvisyöntiä. Se oli jaettu temaattisesti kymmeneen esseen, jotka ovat karkeasti suomennettuina: 1) Vetoamus kasvisyönnin puolesta, 2) Ruokavalion moraalisuus, 3) Ruokavalion hyvä maku, 4) Joitain ravintouudistuksen tuloksia, 5) Lääketieteen miehet ja ravintoreformi, 6) Sir Henry Thompson "Ruokavaliosta", 7) Joistain harhaluuloista, 8) Urheilu, 9) Kannibalismin filosofia, 10) Vegetarismi ja sosiaalinen uudistus.<sup>97</sup> Teos oli Gandhille merkittävä, mutta keskityn sen käsittelyssä ensimmäiseen, toiseen ja kymmenenteen esseen, sillä ne ovat tutkimukseni kannalta olennaisimmat.

Salt esitti teoksen ensimmäisessä esseessä, että vegetarismi ei kokenut arvostusta ajan yhteiskunnassa. Ruokavaliota kummeksuttiin outona ilmiönä ja sitä pidettiin ehkäpä jopa uhkana ihmisen terveydelle. Aikalaistensa keskuudessa vallitsi Saltin mukaan virheellinen käsitys siitä, että ihminen tarvitsi lihaa ravinnokseen. Kasvisyönnillä ymmärrettiin olevan mieltä ja ruumista vahingoittava vaikutus – sen muun muassa esitettiin aiheuttavan tyhmyyttä.<sup>98</sup>

Salt perusteli esseessään kasvisyönnin tärkeyttä muutamaa näkökulmaa korostaen. Ensimmäinen kasvisyönnin etu oli Saltin mukaan ekonomia. Liha oli kallista ja kasvien syönti tulisi ihmisille edullisemmaksi. Salt lähestyi tätä yksilöllisen näkökulman lisäksi myös yhteiskunnallisesta näkökulmasta: Maailmassa ei olisi niin paljon nälkäisiä köyhiä, jos

---

<sup>94</sup> Hendrick 1977, 1.

<sup>95</sup> Salt edustaa tutkielman tekijän mukaan utopiauskoa. 1800-lukua on yleisesti pidetty yhtenä utopistisimpana vuosisatana historiassa ja myös 1800-luvun sosialismia väritti ajatus utopiasta. Utopia voidaan käsittää paikaksi jota ei ole olemassa, mutta missä yksilö haluaisi kiihkeästi elää. Utopian käsite sisältää ajatuksen haaveesta: Se on unelma, joka on hyvä ja haluttava. Utopia kuvaa mahdotonta täydellisyyttä, joka kuitenkin on jossain mielessä ihmisen tavoiteltavissa. Utopian arvo liittyykin juuri sen mahdollisuuteen. Utopia on mahdollinen tulevaisuus. (Kumar 1987, 33, 49 ja Kumar 1991, 1–3.)

<sup>96</sup> *A Plea for Vegetarianism* -kirjoitusta ei löydy enää alkuperäisessä muodossaan, vaan Saltin vuonna 1884 tai 1885 kirjoittamasta pamfletista on jäänyt jäljelle editoitu versio, josta puuttuu joitakin osia. Minulla on käytössäni kyseinen editoitu versio vuodelta 1886.

<sup>97</sup> Salt 1886, Contents.

<sup>98</sup> Salt 1886, 7–8.

ihmiset siirtyisivät kasvisruokavalioon.<sup>99</sup> Salt korosti kasvissyönnin yleishyödyllistä aspektia: se oli ruokavalio, joka johtaisi taloudellisiin säästöihin. Kasvissyönti mahdollistaisi halvan ja monipuolisen ravinnon kaikille, jolloin ihmisten yleinen hyvinvointi lisääntyisi.<sup>100</sup>

Toinen Saltin painottama näkemys oli, että kasvissyönti on humaani ja esteettinen vaihtoehto lihansyönnille. Vegetarismissa piili moraalinen etu ja Salt kysyikin: jos ihminen pystyy elämään ilman lihaa, eikö ole perusteetonta kasvattaa ja tappaa eläimiä vain kulinaaristen tarkoitusperien tähden. Saltin mukaan lihansyönti oli julmaa eläintä kohtaan ja sen takia se oli myös ihmisarvoa alentavaa. Lihansyönti ei ollut millään tavalla esteettistä. Saltin esseen vegetarismin puolustuksen tärkeimmät argumentit olivat hänen omien sanojensa mukaan ekonomia ja estetiikka.<sup>101</sup> Estetiikalla Salt viittasi eläinten teurastuksen rumuuteen ja julmuuteen ja sen sopimattomuuteen ihmisluonnolle.

Salt pohti luvussa myös sitä, voiko ihminen selvitä ilman lihaa. Hänen mukaansa aikakauden yleinen käsitys oli se, että vain lihasta sai voimaa ja että kasvissyönti oli siten mahdotonta. Salt kuvaili ajan ravintokäsitystä kertomalla, että yleisen uskomuksen mukaan liha mahdollistaa fyysisen voiman, mutta sen lisäksi myös ajattelutoiminnan. Hän kiisti näkemyksen kertomalla maalaisista, jotka lihan hinnakkuuden johdosta elivät kasvisravinnolla, ja kirjailijoista, joiden ruokavalioon oli kuulunut vain vähän tai ei ollenkaan lihaa. Saltin mukaan uskomus, että vain lihasta sai voimaa, oli virhe, joka juontui ihmisten ennakkoluuloista tai ajattelemattomuudesta.<sup>102</sup> Koska kasvissyönnin asemasta ihmiselle täysin mahdollisena ruokavaliona oli Saltin mukaan paljon todisteita, se tuli hänen mielestään ottaa vakavammin kuin aiemmin. Salt esitti, että myös tiede ja ihmisen fysiologia palvelivat vegetarismin puolustuksen argumentteja. Kasvissyönnin puolustuksessa vallitsi hänen mukaansa voimakas ekonominen, moraalisen ja fyysisen todistuksen samanaikaisuus, mikä vahvisti Saltin näkemystä siitä, että vegetarismi on ihmiselle sopivin ja menestyksellisin ruokavalio. Salt esitti myös näkemyksen siitä, että lihalla on ihmiseen stimuloiva vaikutus. Lihansyönti yllyttää ihmisiä Saltin mukaan paheeseen ja väkivaltaan ja hän esitti, että jos ihmiset ymmärtäisivät tämän, he kääntyisivät kasvissyöjiksi.<sup>103</sup>

Salt kertoi esseessä myös aikalaistensa murheista kasvissyönnin suhteen. Ihmiset pohtivat sitä, mitä eläimille tapahtuisi, jos ihmiset eivät enää söisi niitä. Yksi ihmisten huolenaihe oli se, kuinka ihmisille itselleen kävisi: valtaisivatko eläimet maan? Toinen

---

<sup>99</sup> Salt 1886, 8–9.

<sup>100</sup> Salt 1886, 17.

<sup>101</sup> Salt 1886, 10–12.

<sup>102</sup> Salt 1886, 12–14.

<sup>103</sup> Salt 1886, 16–17.



huolenaihe oli se, miten eläimet pärjäisivät, jos ihmiset eivät kasvattaisi niitä enää. Salt tuomitsi molemmat näkemykset typerinä ja esitti ihmisten lähestymistavan kapeakatseiseksi. Salt kuvaili myös aikalaistensa suhdetta eläimiin. Yleisen näkemyksen mukaan eläimet oli tarkoitettu ihmisten ravinnoksi.<sup>104</sup> Tämän näkemyksen voi mielestäni nähdä kummunneen Raamatun tulkinnasta. Vanhassa testamentissa Jumalan ihmiselle paratiisissa antama hallintavalta eläimiin (1. Moos. 1:28) oli tulkittu vallaksi käyttää eläimiä omaksi hyödyksi. Näkemys kuitenkin soti Saltin filosofiaa vastaan, olihan hän sitä mieltä, että ihminen ja eläin olivat toisistaan erottamattomia elämän suuren kokonaisuuden osia, ja että tämän veljeyden johdosta ihmisen oli kohdeltava eläimiä oikein.<sup>105</sup>

Salt painotti sitä, että ihmisten tulisi harkita kasvissyöntiä vakavasti. Vegetarismi ei Saltin mukaan ollut vain hallusinaatiota tai typerää hullutusta ja hän toivoikin, että tulevaisuudessa lihansyönti katoaisi ihmisten keskuudesta kokonaan.<sup>106</sup>

Teoksen toisen luvun essee käsitteli ravinnon moraalisuutta. Salt esitti kasvisruokavalion niin ihmisten elinoloja kuin fyysistä ja henkistä terveyttä kohentavaksi vaihtoehdoksi, ja siksi nosti sen yhtä tärkeäksi aiheeksi kuin poliittiset kysymykset. Salt lähestyi vegetarismia elämäntyylinä, ei pelkästään ruokavaliona, ja hänen mukaansa vegetarismi oli moraalisin, kokonaisvaltaisin ja ekonomisin elämäntyyli kehittyneessä yhteiskunnassa. Hän esitti, että näiden progressiivisten seikkojen johdosta vegetarismi tuli ottaa vakavasti ja sen tuli antaa haastaa julma ja haaskaava lihatalous. Salt kirjoitti, että vegetarismi toisi kansan köyhimmille ekonomista hyötyä, kun taas rikkaat hyötyisivät sen moraalisisista vaikutuksista. Salt pyrki esseessä osoittamaan, että vain lihaton ravinto oli moraalisesti perusteltavissa.<sup>107</sup>

Salt halusi haastaa lukijansa ajattelemaan ravintoa: pohtimaan rehellisesti sitä, mistä liha tulee ja haastamaan tuon tuotannon etiikan. Hän kritisoi systeemiä, joka suhtautui teurastajiin halventavasti näiden ammatin takia, mutta ei nähnyt mitään väärää teurastetun eläimen syömisessä itse. Salt syytti ihmisiä ajattelemattomuudesta; hänen mukaansa ihmiset oli opetettu ajattelemaan, että elävän eläimen ja lautasella olevan lihan välillä ei ollut yhteyttä.<sup>108</sup> Juuri tämän yhteyden Salt halusi näyttää ihmisille ja haastaa heidät kyseenalaistamaan oman sokeutensa asiassa.

---

<sup>104</sup> Salt 1886, 18–20.

<sup>105</sup> Murros 1996, 22–23.

<sup>106</sup> Salt 1886, 19–20.

<sup>107</sup> Salt 1886, 21–22.

<sup>108</sup> Salt 1886, 24–26.

Kasvissyönnin Salt esitti olevan moraalisesti korkein ja älykkäin ruokavalio. Vegetaristinen ravinto oli rehellistä ja hienostunutta jo itsessään; se ei tarvinnut naamiointia vaikuttaakseen nautinnolliselta, eikä sitä tarvinnut hävetä. Saltin mukaan vegetarismi myös vähensi mielihalua juoda alkoholia. Salt totesi, että kasvissyöjien ei tulisi murehtia muiden ihmisten osoittamasta huolesta vegetarismia kohtaan, sillä kasvissyönti oli luonnollinen ruokavalio ihmiselle – sen osoitti jo ihmisen hampaat ja muut fysiologiset tekijät.<sup>109</sup>

Esseen lopussa Salt pyysi niitä, jotka oli argumentoinnillaan vakuuttanut, mukaansa toteuttamaan velvollisuuttaan ruokavalioreformiin. Kasvissyönti oli hänen mukaansa ekonomisesti kiistatta parempi ruokavalio ja se takasi noudattajilleen yksinkertaisemman, terveellisemmän ja nautinnollisemman elämäntyylin. Salt esitti, että yhteiskunnan senhetkinen rappio oli liharavinnon seuraus.<sup>110</sup> Oli aika ruokareformin, joka samalla uudistaisi yhteiskuntaa niin ekonomisesti, eettisesti kuin terveydellisesti.

Esseekokoelman viimeinen luku on lyhyehkö kirjoitus, joka käsittelee yhteiskunnallista ravintouudistusta. Salt esitti, että Iso-Britannia oli suuren sosiaalisen haasteen edessä, kun väestö kasvoi ja oli keksittävä, miten saada ruoka riittämään kaikille. Saltin mukaan ratkaisumalleja oli jo esitetty useita aina syntyvyyden säännöstelystä maastamuuttoon, mutta hänen mielestään mikään niistä ei ollut riittävä ongelman kitkemiseksi. Hän painotti sitä, että ongelma oli syvemmillä kuin käytännön teoissa, kuten ruoan tuhlaamisessa. Ongelma maan köyhien ahdinkoon piili epäoikeudenmukaisessa lainsäädännössä, jonka myötä varallisuus jakautui epätasapainoisesti. Salt esitti, että mikään sosiaalinen uudistus ei olisi riittävä köyhien olojen parantamiseksi, jos lainsäädäntöä ei muutettaisi niin, että varallisuus rakentuisi oikeudenmukaiselle pohjalle.<sup>111</sup>

Saltin mukaan kasvissyönti toisi yhteiskunnalle hurjia ekonomisia säästöjä, mutta se ei ollut välttämättä ainoa tarvittava uudistus. Hänen mielestään mikään uudistus ei kuitenkaan tulisi olemaan onnistuneesti pysyvä, jos siinä ei olisi läsnä kasvissyöntiä. Saltin mukaan vegetarismi oli välttämätön tekijä onnistuneessa ja kannattavassa yhteiskunnassa. Salt kritisoi yhteiskunnan piintyneitä käytänteitä. Hän kirjoitti, että kansa, joka ei arvosta ruoan säästämistä, ei voi koskaan olla varakas. Rikkaiden kansanluokkien elämäntyyli saattoi olla näennäisesti oikeutettu lainsäädännön avulla, mutta ihmisten elämä ei Saltin mukaan voinut

---

<sup>109</sup> Salt 1886, 26–27.

<sup>110</sup> Salti 1886, 28–30.

<sup>111</sup> Salt 1886, 111–113.

koskaan olla onnellista, jos he eivät olleet oppineet harjoittamaan taloudellisuutta ja ruokavalion yksinkertaisuutta.<sup>112</sup>

Essee antaa ymmärtää, että vegetarismi oli Saltille niin yhteiskuntaa, terveyttä kuin mieltä positiivisesti muokkaava välttämättömyys. Saltin mukaan se myös muokkasi harjoittajansa ajattelumaailmaa suuntaan, joka näyttäytyy tekstissä huomattavan sosialistisena:

He, jotka ovat oivaltaneet maltillisuuden ja taloudellisuuden arvon ravinnollisissa asioissa, eivät katso hyvällä varallisuuden kertymistä, kun sen kontrastina on saman maan kansalaisten järkyttävä köyhyys. Vegetaristi tunnistaa maan kaikkien yhteiseksi äidiksi, jonka hyväntahtoiset hedelmät on jaettu yltäkyläisesti meidän eteemme. Tämä kasvissyöjä tuskin haluaa nähdä maan, joka on kaiken elämän ja rikkauten lähde, muutoin kun sen päällä kulkevan kansan omaisuutena.<sup>113</sup>

Salt esitti, että kaikki yhteiskunnalliset reformit olivat yhtä tarvittavia muutoksen aikaansaamiseksi. Ne kaikki toimivat osaltaan kansan hyvinvoinnin takaamiseksi muodostaen suuren harmonisen kokonaisuuden. Saltin mukaan mikään uudistusliikkeistä ei kuitenkaan ollut yhtä arvokas ja tarvittava kuin kansan ravintoreformi.<sup>114</sup>

*A Plea for Vegetarianism and Other Essays* on hyvä esimerkki Saltin sosialistisesti painottuneesta kasvissyönnistä. Siinä korostuivat sekä Saltin eettiset periaatteet että utopiausko. Salt sitoi niin terveyden, etiikan kuin ekonomian yhteiskunnallisen uudistuksen ajamiseen ja toi ne esiin kasvissyönnin muodossa. Teoksessa ei puhuta sosialistisesta talousteoriasta monin sanankääntein, mutta siitä huokuvat Saltin sosialistiset arvot yhteiskunnan tasa-arvoisuudesta ja oikeudenmukaisuudesta. Ruokauudistuksen ajatus tulee esille jo teoksen nimessä: *A Plea for Vegetarianism* – vetoamus kasvissyönnin puolesta.

Teosta luettaessa on kuitenkin otettava huomioon se, että Salt ei ollut koskaan kokenut köyhää ja yksinkertaista elämää, jollaista hän teksteissään ihannoi. Hän kirjoitti tekstinsä ilman nälkää ja katto pään päällä – vegetarismi ja ravinnon yksinkertaistaminen olivat hänelle henkilökohtaisia valintoja. Toisin oli kansan köyhien laita, jotka elivät yksinkertaisesti pakon edessä. Täten on helppoa kyseenalaistaa Saltin väite siitä, että ravinnon yksinkertaistaminen toisi ihmisille onnellisuuden. Toki Salt kirjotti kohdeyleisönään varakkaammat englantilaiset yhteiskuntaluokat ja luonteen kasvattaminen ravinnon yksinkertaistamisen avulla saattoi vedota heihin, jotka eivät joutuneet raatamaan elantonsa tähden. Samankaltaisista lähtökohdista puolusti vegetarismia myös Gandhi, mutta siitä enemmän myöhemmissä luvuissa.

---

<sup>112</sup> Salt 1886, 112, 114.

<sup>113</sup> Salt 1886, 115.

### 2.1.3. Howard Williams ja Anna Kingsford – etiikka ja terveys Gandhin innoittajina

Henry S. Salt oli antanut alkusysäyksen Gandhin vakaumuksellisen kasvissyönnin syntyyn A *Plea for Vegetarianism* -teoksellaan. Salt ei ollut kuitenkaan ainoa Gandhin innoittaja, vaan viktoriaanisen Englannin kasvissyöjien piiristä löytyi myös muita vaikuttajia, joiden kirjoitukset tekivät lähtemättömän vaikutuksen Gandhiin:

Uskoni vegetarismiin kasvoi päivä päivältä. Saltin kirja hioi haluani dietetiikan opiskeluun. Etsin käsiini kaikki kasvissyönnistä kertovat kirjat ja luin ne. Yksi näistä, Howard Williamsin *The Ethics of Diet*, oli elämäkerrallinen historiateos humanista dietetiikasta aikaisimmasta ajasta nykyaikaan saakka. – – Lääkäri Anna Kingsfordin *The Perfect Way in Diet* oli myös puoleensavetävä kirja. – – Tulos kaiken tämän kirjallisuuden lukemisesta oli se, että dietetiikan kokeiluista tuli tärkeä osa elämääni.<sup>115</sup>

Howard Williams (1837–1931) uskoi kasvissyöntiin yhteiskunnallisena uudistusliikkeenä. Hän suhtautui vegetarismiin tulevaisuuden ruokavaliona – hän uskoi tulevaisuuden ihmisen moraaliseen kehitykseen, mikä johtaisi myös tähän eettiseen ruokavaliomuutokseen.<sup>116</sup> Williams optimistisesti uskoi ravitsemuksellisen uudistuksen todella käyvän toteen ja kasvissyöjien määrän olevan suuri tulevaisuudessa.<sup>117</sup>

Williams perusti 1890 *The Humanitarian Leaguen* yhdessä Henry S. Saltin ja muiden samanmielisten kanssa perusteenaan kunnioitus ja ystävällisyys kaikkea tietoista elämää kohtaan. Salt kuvaili Williamsia aikanaan hiljaiseksi, mutta väsymättömäksi humanitaarisen aatteen puolustajaksi.<sup>118</sup> *The Ethics of Diet* oli Williamsin suurteos, joka on vaikuttanut niin Gandhiin, Leo Tolstoihin (1828–1910) kuin Henry Saltiin. Uskomuksen mukaan Williams halusi teoksellaan tuoda julki sen, kuinka kasvissyönti ei ole vain aikansa hapatusta; kasvissyönnillä oli oma historiansa ja se oli aina ollut haastamassa perinteistä liharuokavaliota.<sup>119</sup> Lännessä kasvissyönnin historiallista jatkumoa oli aina kyseenalaistettu ja sitä oli usein pidetty vain muotivillityksenä. *The Ethics of Diet* oli Williamsin vastaus tähän vegetaristien dilemmaan, ja se esittikin kasvissyöjien historiallisen ketjun biografioiden muodossa aina varhaisimmista aikakausista Williamsin omaan aikaan.<sup>120</sup>

Williams esitti *The Ethics of Dietissa*, että kristillinen eläinnäkemys ei tukenut käsitystä eläimistä ihmisen kanssa samanarvoisina olentoina. Hänen mukaansa vasta 1500-

---

<sup>114</sup> Salt 1886, 115.

<sup>115</sup> Gandhi 1927, 44.

<sup>116</sup> Williams 1883, xxv.

<sup>117</sup> Carol J. Adamsin esipuhe Howard Williamsin *The Ethics of Diet* -teoksen vuoden 2003 painoksessa, xxiii.

<sup>118</sup> Carol J. Adamsin esipuhe Howard Williamsin *The Ethics of Diet* -teoksen vuoden 2003 painoksessa, xxii; Dan Weinbrenin artikkeli *Against All Cruelty* (1994) s.86 tosin esittää, että *The Humanitarian League* on perustettu vuonna 1891.

<sup>119</sup> Carol J. Adamsin esipuhe Howard Williamsin *The Ethics of Diet* -teoksen vuoden 2003 painoksessa, ix–xi, xv.

luvulta lähtien, järjen ja oppimisen elpymisen johdosta, on suhtautuminen eläimiin muuttunut. Williams totesi, että humanitaarisuudella, etenkin humanilla ruokavaliolla, ei ole ollut sijaa keskiajan uskonnollisuudessa tai pseudofilosofiassa. Päinvastoin, Williamsin mukaan keskiajalla suhtauduttiin jopa positiivisesti eläinten arvon huonontamiseen ja niiden halventamiseen.<sup>121</sup>

*The Ethics of Diet*issa Williams kuvaili historian kasvissyöjät valtavirran näkemysten ja käytäntöjen protestoihina, barbarismin ja teurastuksen vastustajina, ja humanin elämän sanansaattajina. Hän käytti jopa uskonnollista termiä profeetta kirjoittaessaan historiallisista vegetaristeista. Williamsin mukaan nämä henkilöt olivat olleet uudistetun ravitsemustieteen profeettoja, jotka olivat kääntyneet pois lihaperäisestä ravinnosta universaalien arvojen johdosta ja joskus jopa omaa luontoaan vastaan taistellen. Tässä kohtaa Williams kirjoitti universaaleista oikeuden ja myötätunnon periaatteista, joita ei hänen mukaansa voinut kyseenalaistaa tai kumota.<sup>122</sup>

Williams piti absurdina sitä, että omana aikanaan, jolloin tiede tunnusti eläimet tunteviksi ja tiedostaviksi eläviksi olennoiksi, eläinten kärsimys ja julma teurastaminen oli täysin sallittua ja yleisesti hyväksyttyä. Hän viittasi tulevaisuuteen kirjoittaessaan tulevaisuuden filosofista, joka voisi omassa ajassaan huomata, että yleisesti hyväksytyn teurastamisen ja brutalismin järjestäytyneitä vastustajia oli jo 1800-luvun Euroopassa.<sup>123</sup> Williamsin tekstistä paistaa läpi ylpeys oman aikansa humanitaristeista ja järjestäytyneistä vegetaristeista. Toistuva optimistinen viittaaminen tulevaisuuteen kielii utopiauskosta – uskosta uuteen parempaan, humaaniin, aikaan.

Ruokavalioreformin periaatteet löytyvät Williamsin mukaan hänen teoksensa sivuilta, hänen koostamistaan vegetaristisista biografioista. Ne ovat vapaasti suomennettuina 1) Vertaileva anatomia ja fysiologia, 2) Humanisuus ja sivistynyt eläminen, 3) Kansallinen ekonomia, 4) Sosiaalinen reformi, 5) Kotitalouksien ja yksilöiden ekonomia ja 6) Hygienian filosofia.<sup>124</sup>

Howard Williamsin aikalainen ja Gandhin innoittaja oli myös Anna B. Kingsford (1846–1888). Hän oli englantilainen laivanvarustajan tytär, joka tunnetaan lääkärinä, kasvissyönnin puolustajana, eläinkokeiden vastustajana, feministinä ja teosofina.<sup>125</sup> Kingsford valmistui lääkäriksi Pariisissa 1880. Monet hänen teoksistaan korostivat kasvissyönnin

---

<sup>120</sup> Carol J. Adamsin esipuhe Howard Williamsin *The Ethics of Diet* -teoksen vuoden 2003 painoksessa, xii.

<sup>121</sup> Williams 1883, xxvi–xxvii.

<sup>122</sup> Williams 1883, xxviii–xxx.

<sup>123</sup> Williams 1883, xxviii–xxix.

<sup>124</sup> Williams 1883, xxvii.

hyötyjä, mutta Kingsford oli kiinnostunut myös kasvisruokavalion moraalisesta perustelusta.<sup>126</sup> *The Perfect Way in Diet*-teos oli alun perin hänen ranskankielinen pro gradu -tutkielmansa *De l'Alimentation Végétale chez l'Homme*, joka käännettiin englannin kielelle ja julkaistiin Englannissa 1881.<sup>127</sup>

Kingsford esitti teoksensa englanninkielisen version alkusanoissa lähestymistapansa olevan lähinnä fysiologinen ja sosiaalinen, sillä hänen mielestään moraalinen ja filosofinen aspekti eivät sopineet tämänkaltaiseen yleisluettavaan teokseen. Kingsford uskoi teoksen englanninkielisen version suopeaan vastaanottoon Englannin kasvissyöjien piirissä ja toivoi asiasta tietämättömien ottavan teoksen tosissaan ja suhtautuvan siihen järjellä.<sup>128</sup> Esipuheessa kaikui myös Henry S. Saltin ja Howard Williamsin tuotannoista muistuttava positiivinen utopiasusko, kun Kingsford kirjoitti: "Ihminen on maailman johtaja, ja tehköön hän siitä mitä hän tahtoo."<sup>129</sup>

*The Perfect Way in Diet* puolusti vegetarismia eri näkökulmista ja teos onkin jaettu kappaleisiin näiden näkökulmien mukaan. Kappaleet ovat vapaasti suomennettuina: 1) Anatomia ja fysiologia, 2) Ruoanlaitto, 3) Kansalliset tavat, 4) Fyysinen voima, 5) Kemia, 6) Liharuohan stimuloivat vaikutukset, 7) Alkoholismi, 8) Teurastamot, 9) Sosiaaliset näkökohdat, 10) Karjan kärsimykset, 11) Lihansyönnin vaarat, 12) Sairausten hoito, 13) Ekonomiset näkökohdat, 14) Liiallinen lisääntyminen, 15) Nahkakysymys, 16) Turkiskaupan julmuus, 17) Lantakysymys ja 18) Urheilu. Kingsford pyrki teoksellaan osoittamaan sen, että kasvisruokavalio on ihmisen luonnollinen ruokavalio. Hän etsi väitteelle perusteet ihmisen anatomiasta, fysiologiasta, kemiasta ja lääketieteestä. Kingsford tuki kasvissyöntiä vedoten myös sen sosiaaliin, ekologiin ja eettisiin hyötyihin. Teoksessa on havaittavissa ajatus ihmisen paluusta luontoon ja paratiisiin ravinnollisen uudistuksen myötä.<sup>130</sup>

Kingsford esitti tutkimuksessaan, että ihmisen hampaat ja ruoansulatus puhuivat sen puolesta, että ihminen oli tarkoitettu kasvissyöjäksi.<sup>131</sup> Hänen mukaansa tulen tekemisen taito oli hairahduttanut ihmisen tämän oikealta ravinnolliselta polulta, kun se oli mahdollistanut liharuohan valmistamisen.<sup>132</sup> Kingsford esitti, että kasvisruokavalio takasi ihmiselle voimaa ja kestävyyttä, ei liha.<sup>133</sup> Hän vetosi kasvisruokavalion historiaan ja suosioon eri kulttuureissa

---

<sup>125</sup> Pert 2006; Cusack 2010, 71.

<sup>126</sup> Walters&Portmess 1999, 107.

<sup>127</sup> Kingsford 1881, vii; Pert 2006.

<sup>128</sup> Kingsford 1881, vii–viii.

<sup>129</sup> Kingsford 1881, viii–ix.

<sup>130</sup> Kingsford 1881, koko teos.

<sup>131</sup> Kingsford 1881, 9–14.

<sup>132</sup> Kingsford 1881, 15–16.

<sup>133</sup> Kingsford 1881, 16–17.

merkkinä siitä, että juuri se oli suurten ja menestyksekkäiden sivilisaatioiden mahdollistaja.<sup>134</sup> Kingsford pyrki myös todistamaan kemiallisesti sen, että kasvisruokavalion ravinnolliset arvot olivat liharuokavaliota paremmat.<sup>135</sup> Hänen mukaansa liha stimuloi ihmisen hermostoa, toi mukanaan sairauksia, huonoa terveyttä, alkoholismia ja toi kuolemaa lähemmäs ihmistä. Kingsford kirjoitti myös, että liha on stimulantti, joka johtaa siveydetttömyyteen ja petomaiseen käytökseen.<sup>136</sup>

Kingsford esitti, että teurastamot olivat sairauksien lähde ja paikka, jossa tapahtui kuvottavia kauheuksia. Hänen mukaansa oli moraalisesti väärin vaatia ketään työskentelemään teurastajana, kun oli tieteellisesti osoitettavissa, että kyseistä ammattia ei edes tarvittaisi. Kingsford oli myös sitä mieltä, että teurastamisen kokeminen kauheana oli merkki ihmisen kasvissyönnistä: luonnon oikeat lihansyöjät eivät kauhistu tappamisesta tai raa'asta lihasta.<sup>137</sup> Kingsford otti kantaa lihakarjan huonoon kohteluun ja eläinten tappamisen julmuuteen. Hänen mielestään kaikki se tappaminen oli turhaa ja eettisesti väärin – olihan hän todistanut lihan tarpeettomuuden ihmiselle. Lihan nauttiminen saattoi olla myös vaarallista ihmiselle, jopa hengenvaarallista. Se saattoi olla laadultaan huonoa, eläin oli voinut olla sairas tai kantaa loisia, tai liha oli saattanut jo alkaa mädäntyä.<sup>138</sup>

Kingsford pyrki todistamaan, että sairauksien hoidossa kasvisruokavalion ylläpito oli erityisen tärkeää. Erilaisilla kasvisperäisillä dieeteillä pystyi hänen mukaansa parantamaan erilaisia sairauksia.<sup>139</sup> Yksi hänen argumenteistaan oli myös ekonomia. Kingsford esitti, että lihakarjan ylläpito oli resurssien haaskausta, kun samaa maata viljelemällä saataisiin suurempi määrä ihmisiä ruokittua. Kingsfordin näkemys oli se, että jos Englannin maaseutua pidettäisiin yllä kuten puutarhaa, olisi koko väestö työllistetty ja tarvittaisiin vain vähäistä maastamuuttoa ja hyödykkeiden maahantuontia.<sup>140</sup> Kingsford arvosteli teoksessaan kriittisesti myös turkistuotantoa ja eläinten tappamista urheilun muotona, kuten metsästystä.<sup>141</sup> Lisäksi hän pyrki vastaamaan ihmisten huoliin eläinten liiallisesta lisääntymisestä, nahan käytöstä ja viljelysmaan lannoittamisesta.<sup>142</sup>

Henry S. Saltin, Howard Williamsin ja Anna Kingsfordin perustelut kasvissyönnille eivät olleet uskonnollisia. He perustivat argumentointinsa terveyteen, etiikkaan ja

---

<sup>134</sup> Kingsford 1881, 18–40.

<sup>135</sup> Kingsford 1881, 41–52.

<sup>136</sup> Kingsford 1881, 52–58.

<sup>137</sup> Kingsford 1881, 59–63.

<sup>138</sup> Kingsford 1881, 64–71.

<sup>139</sup> Kingsford 1881, 77–92.

<sup>140</sup> Kingsford 1881, 93–104.

<sup>141</sup> Kingsford 1881, kappaleet 16 ja 18.

<sup>142</sup> Kingsford 1881, kappaleet 14, 15 ja 17.

ekonomiaan. Gandhi omaksui näitä perusteita itselleen, omaan intialaisen uskonnollisen kasvisyönnin taustaansa, ja alkoi kehittää omaa kasvisyönnin filosofiaansa yhdistellen perusteita niin idästä kuin lännestä. Gandhin kasvisyönnin filosofian kehittyminen oli pitkä prosessi, jossa kesti vuosikymmeniä. Siihen liittyivät läheisesti myös omakohtaiset ravinnolliset kokeilut. Gandhin muuttaessa Etelä-Afrikkaan hänen vakaumuksellisen kasvisyönnin filosofiansa alkoi hiljalleen muotoutua hänen omaleimaisen yhteiskuntafilosofiansa rinnalla, siihen yhteen sidottuna.

## **2.2. Oman tien etsintä 1891–1914**

### **2.2.1. Elämänkatsomus muotoutuu**

Gandhi palasi Englannista takaisin Intiaan perheensä luokse opintojensa päätyttyä vuonna 1891, mutta epäonnistuttuaan luomaan uraa lakimiehenä kotimaassaan hän suuntasi Etelä-Afrikkaan, jossa hän pääsi toimimaan ammatissaan. Mohandasin julkisen ja poliittisen uran voi sanoa lähteneen käyntiin juuri Etelä-Afrikassa, jossa hänen rasismin ja epäoikeudenmukaisuuden vastustamisensa alkoi.<sup>143</sup> Gandhi vietti Etelä-Afrikassa 22 vuotta, vuodesta 1893 aina vuoteen 1914. Nämä vuodet olivat merkittävä vaihe niin hänen uransa kuin kasvisyönnin filosofiansa kehityksen kannalta. Etelä-Afrikan vuosia tarkastellessa voidaan havaita Gandhin intialaisen taustan ja läntisten vaikutteiden yhteensulautumista, mikä heijastui sekä hänen elämänkatsomukseensa että yhteiskunnalliseen toimintaansa. Gandhin poliittinen aktivismi ja väkivallattomat protestit alkoivat kyseisinä vuosina ja samalla hänen vakaumuksellinen vegetarisminsa alkoi kypsyä. Etelä-Afrikan vuosien aikana Gandhi sai *Mahatma*-nimen ja alkoi saada valtaa.<sup>144</sup>

Intialaisia oli ollut Etelä-Afrikassa suuremmassa määrin 1860-luvulta lähtien. Ison-Britannian siirtomaasta Intiasta oli lähetetty työvoimaa brittiläiseen siirtomaahan Nataliin. Gandhin asuessa Etelä-Afrikassa maa oli voimakkaan taloudellisen kasvun ja poliittisten muutosten pyörteissä. Suurin osa maassa asuvista intialaisista oli hinduja, joskin osa oli kristittyjä. Intialaisista 60 % oli alimmasta *shudra*-kastista tai täysin kastittomia.<sup>145</sup> Gandhi oli alkuaikoinaan Etelä-Afrikassa selkeästi osa gujaratilaista kauppiaseliittiä. Hän identifioitui pienen ja varakkaan yhteisön tavoitteisiin, eikä osoittanut suurta mielenkiintoa intialaisiin alaluokkiin.<sup>146</sup>

---

<sup>143</sup> Gandhi 1927, 87–88; Jesudasan 1984, 35.

<sup>144</sup> Arnold 2001, 44.

<sup>145</sup> Arnold 2001, 45.

<sup>146</sup> Swan 1985, 113–114.



Gandhi pyrki taistelemaan Etelä-Afrikan intialaisten oikeuksien puolesta. Hänen poliittinen aktivisminsa alkoi, kun Etelä-Afrikan eurooppalainen väestö syytti intialaisia huonosta hygieniasta ja likaisista elintavoista. Gandhi koki tämän rodun sairauteen yhdistävän ajattelun hyökkäykseksi intialaisuutta kohtaan ja kirjoitti vihastuneena kirjeitä *Natal Advertiser* -lehteen syyskuussa 1893. Gandhi kritisoi kirjeissä Etelä-Afrikan eurooppalaisen väestön näkemystä siitä, että intialaiset olisivat sivistymätöntä puolibarbaarista kansaa.<sup>147</sup> Gandhi ilmaisi jälkepäin, vuonna 1922, pettymyksensä Etelä-Afrikan viranomaisiin:

Minä ymmärsin, että ihmisenä ja intialaisena minulla ei ollut oikeuksia. Tarkemmin sanottuna, minä ymmärsin, että minulla ei ollut oikeuksia ihmisenä, koska olin intialainen.<sup>148</sup>

Vuodesta 1904 vuoteen 1910 on havaittavissa selkeä muutos Gandhin elämäntyyliin ja poliittisessa kannassa. Tähän aikaan liittyi muutoksia intialaisten oikeuksien taistossa ja myös henkilökohtaisessa elämässä, kun Gandhi pyrki yksinkertaistamaan elämäänsä, aloitti kommuunielämän ja antoi lupauksen selibaatista.<sup>149</sup> Hän tukeutui yhteiskunnallisessa toiminnassaan yhä enemmän kansalaistottelemattomuuden keinoihin ja alkoi erkaantua perustuslaillisista metodeista. Gandhi koki tyytymättömyyttä lakimiehen työssään, jonka lopulta jätti vuonna 1911.<sup>150</sup>

Muutokset Gandhin elämänskatsomuksessa kumpusivat hänen kokemuksistaan. Hän todisti toisen buurisodan (1899–1902) jälkeisen Zulu-kapinan ja sotilaiden kurin, oli poissa kotoa ja mukavuuksista eläen vailla kattoa päätänsä päällä. Neljännen lapsensa syntymän jälkeen Gandhi alkoi yhä enemmän pohtia kieltäymistä nautinnoista, niin seksuaalisista kuin muista mielihaluista. Hän antoi selibaattilupauksen vuonna 1906 ja aloitti elämän *brahmacharyna*, maallisten nautintojen viettelyksistä kieltäytyjänä. Tämä oli suuri muutos Gandhin elämässä ja sen voi nähdä myös katalyyttinä julkiseen elämään ja intialaisten oikeuksien taistoon sitoutumiseen.<sup>151</sup> Gandhi tunsikin myös vetoa Leo Tolstoin *The Kingdom of God is Within You* -teoksen kristilliseen pasifismiin, jonka näki universaalin rakkauden äärettöminä mahdollisuuksina. Vuonna 1904 Gandhi oli lukenut John Ruskinin *Unto This Last* -teoksen, jonka periaate sosiaalisesta ekonomiasta teki Gandhiin suuren vaikutuksen. Pian teoksen lukemisen jälkeen hän perusti ensimmäisen kommuuninsa, *The Phoenix Settlementin*, jonne hän keräsi sukulaisia ja ystäviä. Gandhin pyrkimyksenä oli luoda

<sup>147</sup> CWMG I, 59–91; CWMG I, 63–65; Arnold 2001, 47.

<sup>148</sup> CWMG XXIII, 115.

<sup>149</sup> Gandhi 1927, 177, 182, 244; Brown 1989, 40–43; Arnold 2001, 49–50.

<sup>150</sup> Arnold 2001, 53.

<sup>151</sup> Gandhi 1927, 180, 281–283; Arnold 2001, 53–54.

inklusiivinen yhteisö, joka työskentelisi terveen elämän, omavaraisuuden ja koulutuksen hyväksi.<sup>152</sup>

Gandhi opiskeli aktiivisesti *Bhagavadgitaa* ja kristillistä vuorisaarnaa. Vuorisaarnan jae "*Blessed are the meek: for they shall inherit the earth.*" (Matt. 5:5)<sup>153</sup> merkitsi Gandhille sitä, että elämän tuli olla epäitsekästä toimintaa toisten hyväksi. Paras tapa taistelussa epäoikeudenmukaisuuksia vastaan oli väkivallaton protesti ja rakkaudellinen kärsimys sen sijaan, että alentuisi vääryyteen. Gandhi oli lukenut myös Henry Thoreau'n Kansalaistottelemattomuudesta-teoksen ja kaikkien näiden tekijöiden innoittamana näytteli väkivallaton, passiivinen vastarinta tästä lähtien suurta roolia Gandhin yhteiskunnallisessa toiminnassa.<sup>154</sup> Alkuvuodesta 1908 Gandhi otti käyttöön termin *satyagraha*, koska ei pitänyt termin "passiivinen vastarinta" sävystä. *Satyagraha* viittasi merkitykseltään totuuteen ja voimaan.<sup>155</sup> Sen voi myös nähdä puhutelleen Etelä-Afrikan intialaista väestöä paremmin kuin englanninkielinen termi *passive resistance*.

*Satyagrahan* perusolemuksessa on havaittavissa rakkauden ja kärsimyksen konseptit, ja niiden taustalla eli aktiivisena väkivallattoman voiman käsite.<sup>156</sup> *Ahimsan*, väkivallattomuuden periaatteen, voi todeta vaikuttaneen voimakkaasti sekä Gandhin yhteiskuntafilosofiaan että elämäntavoihin. Voimme hyvin esittää, että hengellisyys johti Gandhia hänen poliittisessa toiminnassaan. *Ahimsa* oli Gandhille elementti, jota hän pyrki aktualisoimaan kaikella mahdollisella toiminnallaan. *Ahimsa* oli Gandhille niin poliittinen, terveydellinen, moraalinen kuin uskonnollinen tekijä.<sup>157</sup>

*Ahimsa* oli Gandhille kokonaisvaltainen *dharma* eli hyve.<sup>158</sup> Gandhi uskoi, että väkivallattomuus, rakkauteen perustuva voima, oli moraalisesti väkivallan ja pelottelun yläpuolella, mutta olennaista on se, että Gandhi uskoi sen olevan väkivaltaa voimakkaampaa.<sup>159</sup> Muutos elämäntavoihin ulottui myös Gandhin ruokavalioon ja ruokakokeiluihin.<sup>160</sup> *Ahimsasta* muodostui Gandhille yhä tärkeämpi syy kasvissyönnille ja terveysvegetarismiin motiivina alkoi muuttua uskonnoksi.

---

<sup>152</sup> Gandhi 1927, 265–267; Arnold 54–55.

<sup>153</sup> Sanatarkka käännös suomeksi: Siunattuja ovat nöyrät, sillä he tulevat perimään maan.

<sup>154</sup> Arnold 2001, 54–56.

<sup>155</sup> Gandhi 1927, 284; Arnold 2001, 57.

<sup>156</sup> Arnold 2001, 57.

<sup>157</sup> CWMG XVI, 147; Alter 2000, 6–7.

<sup>158</sup> Walters&Portmess2001, 53.

<sup>159</sup> CWMG XXV, 563; Arnold 2001, 57–58.

<sup>160</sup> Gandhi 1927, 182–183.

### 2.2.2. Kieltäymys ja paasto hengellisen kilvoittelun välineinä

Gandhi suoritti kahdentoista päivän pituisen raakaravintokokeilun vuonna 1983. Hän kirjoitti seuraavana vuonna *The Vegetarian* -lehteen, että koki tutkimuksensa epäonnistuneen, koska Etelä-Afrikka ei ollut suotuista senkaltaiselle kokeilulle. Gandhin mukaan maaperä oli hedelmällinen, mutta viljelyä oli alueella liian vähän. Tuoreita kasviksia ja hedelmiä ei siis ollut tarpeeksi saatavilla. Jälkikäteen Gandhi myös kyseenalaisti ruokavaliokokeilujen tärkeyden. Hän pohti, oliko ruokavaliionsa tyytyväisen vegetaristin tarpeellista tehdä omakohtaisia dieteettisiä tutkimuksia. Gandhin mukaan ei olisi, jos vegetaristi uskoisi vain kasvissyönnin humanitaariseen puolustukseen. Hän ei kuitenkaan päässyt päättelyssään tuolloin vielä loppuun ja kirjoittikin vain heittelevänsä ilmaan ideoita.<sup>161</sup> Kirjoitus kuvailee erittäin hyvin nuoren Gandhin, joka oli innostunut ravinnollisista tutkimuksista, mutta joka ei ollut ihan vielä varma siitä, mikä oli hänen perimmäinen syynsä kyseisille tutkimuksille.

Reilun kymmenen vuoden kuluttua *brahmacharin* elämä toi mukanaan elämän nautinnoista kieltäytymisen. *Brahmacharyan* voidaankin arvioida olleen yksi merkittävistä Gandhin ruokavaliioon vaikuttaneista tekijöistä. Hän pyrki löytämään itselleen ruokavalion, joka auttaisi häntä kieltäytymyksen askeettisella tiellä. Gandhi kirjoitti tekevänsä ruokavaliokokeiluja kasvissyönnin lisäksi myös *brahmacharin* näkökulmasta.<sup>162</sup>

Selibaattilupauksen (1906) jälkeen Gandhi alkoi etsiä ruokavaliota, joka tukisi hänen elämänsä *brahmacharina*. Ruokakokeilujen tuloksena löytyi ruokavalio, joka koostui hedelmistä ja pähkinöistä. "En joutunut työskentelemään *brahmacharyan* eteen Etelä-Afrikassa, kun ruokavalioni koostui vain hedelmistä ja pähkinöistä", Gandhi kirjoitti omaelämäkerrassaan *Autobiography*. Hän koki saavansa vastustuskyvyn intohimoon tällä ruokavaliolla, mutta aloitettuaan maidonjuonnin Gandhi joutui taistelemaan *brahmacharyan* eteen. Hän kirjoitti, että ravintokokeilujensa seurauksena pystyi toteamaan sen, että maito ei sovi *brahmacharin* ruokavaliioon ja että heidän on kieltäydyttävä siitä.<sup>163</sup>

Tästä eteenpäin oli hengellisen puhtauden käsite olennainen tekijä Gandhin ruokavaliokokeiluissa. Hän pyrki toteuttamaan *brahmacharyaa* kaikessa ajattelussaan ja tekemisessään. Gandhi kirjoitti *Autobiographyssa*, että taistelussaan *satyagrahan* puolesta hän halusi pitää itsenä kunnossa kehittämällä (hengellistä) puhtauttaan. Hänen ruokavaliokokeilunsa oli aiemmin tehty hygienian ja terveyden näkökulmasta, mutta *brahmacharyan* myötä oli uskonnollinen perspektiivi muuttunut tärkeimmäksi.<sup>164</sup>

---

<sup>161</sup> CWMG I, 122–124.

<sup>162</sup> Gandhi 1927, 183; Gandhi 1948, 29–31.

<sup>163</sup> Gandhi 1927, 182–183; Gandhi 1948, 17.

<sup>164</sup> Gandhi 1927, 286; CWMG VI, 340–341.

Gandhi oli vankilassa ollessaan vuonna 1908 kohdannut vankilakulttuurin niukan ja askeettisen ruokavalion. Jälkeenpäin *Autobiographyssa* Gandhi kirjoitti, että vankilan säännöt olivat sopivat ihmiselle, joka vapaaehtoisesti pyrkii toteuttamaan *brahmacharyaa*. Vankilasta päästyään hän otti käyttöönsä kaksi vankilan käytäntöä: hän jätti kahvin ja teen eikä ruokaillut enää auringonlaskun jälkeen. Hän jätti myös suolan ja palkokasvit ravinnostaan todettuaan muutoksen edistävän terveyttä.<sup>165</sup>

Käsi kädessä ruokavaliomuutosten kanssa kulki myös paastoaminen. Gandhi uskoi omien kokemustensa ja ruokakokeilujensa pohjalta, että ihmisen ruokavalio vaikutti ihmisen haluihin. Halut olivat hänelle heikkous, joita vastaan hän taisteli tiukan ruokavalion lisäksi paastoamalla. Hän alkoi paastota hindujen pyhäpäivinä tyytyen silloin vain yhteen ateriaan päivässä. Paastoaminen auttoi Gandhia ymmärtämään sen voiman sekä mielihalujen turruttajana että katalyyttinä: syömistä rajoittaessaan Gandhi löysi enemmän nautintoa aterioistaan. Paastoaminen oli hänelle kuitenkin ennen kaikkea tapa kontrolloida aisteja. Gandhin mukaan paastoaminen oli *brahmacharille* yhtä tärkeää kuin ruokavalion säännöstely. Hän kirjoitti: "Paastoaminen on hyödyllistä silloin, kun mieli tekee yhteistyötä nälkiintyvän kehon kanssa, toisin sanoen, kun se kehittää inhon niitä kohteita kohtaan, jotka ovat kiellettyjä keholta." Gandhin mukaan fyysinen paastoaminen on kannattamatonta, jos sen seurana ei toteuteta mielen paastoa.<sup>166</sup> *Brahmacharyan* voi esittää olleen Gandhille jatkuvaa mielen ja ruumiin välistä harjoitusta kohti hengellistä puhtautta.

Gandhi kirjoitti kieltäytyksestä *Autobiographyssa*. *Brahmacharya* merkitsi hänelle aistien kontrollointia niin ajatuksissa, puheessa kuin tekemisen tasolla. Hänen mukaansa kieltäytyksen mahdollisuuksilla ei ole rajoja ja hän koki, että pidättyväisyys on erittäin tarpeellista. "Niin kauan, kun ajatus ei ole täysin tahdonalaisena, *brahmacharya* ei ole täysin toteutunut", Gandhi kirjotti. Hän kuvaili Etelä-Afrikan aikaansa jälkikäteen kertoen, että tuolloin hän uskoi saavuttavansa *brahmacharyan* itse ilman apua. Omien sanojensa mukaan hän ymmärsi vasta myöhemmin Intiaan palattuaan, että täydellisen *brahmacharyan* saavuttamiseen tarvitaan Jumalan apua: se ei onnistu ilman Jumalaa. Gandhi viittasi tällä *Bhagavad Gitaan*, joka opettaa, että nautinto katoaa, kun ihminen oivaltaa Ylimmän.<sup>167</sup>

Paastoaminen oli ennen *brahmacharyan* löytämistä ollut Gandhille kotoa opittu tapa. Hänen äitinsä oli paastonnut hindujen pyhäpäivinä ja nuori Gandhi oli seurannut äitinsä esimerkkiä. *Brahmacharyan* tultua Gandhin elämään hän alkoi käyttää paastoamista itsekin

---

<sup>165</sup> Gandhi 1927, 291–292.

<sup>166</sup> CWMG XVII, 110; Gandhi 1927, 183–184, 286, 297.

<sup>167</sup> Gandhi 1927, 184–185.

ja kieltäytyksen välineenä, hän kirjoitti *Autobiographyssa*. Gandhi harjoitteli täyspaastoa ystävänsä Hermann Kallenbachin kanssa perustamassaan uskonnollisessa yhteisössä *Tolstoy Farmilla*. Gandhi ja Kallenbach eivät olleet ainoita, jotka paastosivat yhteisössä. Siihen kuului hinduja ja muslimeja, jotka paastosivat omina pyhäpäivinä. Gandhin mukaan he kaikki olivat vakuuttuneita paastoamisen tärkeydestä, mikä kasvatti heidän yhteishenkeään.<sup>168</sup> *Tolstoy Farm* oli toinen uskonyhteisö, jota Gandhi oli mukana perustamassa Etelä-Afrikassa. Ensimmäinen yhteisö oli 1904 perustettu *Phoenix Settlement*. *Tolstoy Farm* perustettiin taas vuonna 1910. *Tolstoy Farmilla* kaikki olivat kasvissyöjiä. Gandhin mukaan yhteisön jäsenten vegetarismi johtui siitä, että he kaikki halusivat kunnioittaa Gandhin tunteita.<sup>169</sup>

Gandhi alkoi käyttää paastoa myös henkilökohtaisena katumusharjoituksena. Hän koki epäonnistuneensa *Tolstoy Farmin* hengellisenä opettajana kahden oppilaansa moraalisen lankeamisen takia ja koki, että ainoa tapa opettaa heille heidän tekonsa raskaus, oli Gandhin itsensä kärsiä. Hän aloitti viikon täyspaaston, jonka jälkeen eli neljä ja puoli kuukautta vain yhdellä aterialla päivässä. Gandhi kirjoitti:<sup>170</sup>

Minun katumukseni piinasi kaikkia, mutta se puhdisti ilmapiiriä. Kaikki ymmärsivät, miten kamala teko oli tehdä syntiä, ja se side, joka yhdisti minut poikiin ja tyttöihin muodostui vahvemmaksi ja aidommaksi.<sup>171</sup>

Paastoaminen oli Gandhille *Tolstoy Farmin* aikaan keino tukea ja toteuttaa *brahmacharyaa*. Se oli hengellisen kilvoittelun väline, ruumiillisen terveyden ylläpitäjä ja myös sosiaalinen ja psykologinen työkalu. Gandhi käytti sitä yhteishengen vahvistamiseen, ihmisten opettamiseen ja heihin vaikuttamiseen. Paastosta oli muotoutumassa Gandhille voimakas vaikuttamisen väline.

### 2.2.3. Vegetarismin sanansaattaja

Gandhi oli löytänyt uskonnollisen kasvissyönnin Etelä-Afrikan vuosinaan, joita voidaan kutsua hänen elämässään muutoksen vuosiksi. Hän pyrki toteuttamaan kieltäytyksellistä elämää brahmacharina ja vegetarismi oli hänelle keino taistella maallisia haluja vastaan. Se oli uskonnollisen kilvoittelun väline, joka linkittyi yhteen elämäntavallisten muutosten kanssa.

Gandhi tunnetaan ahkerana kirjoittajana ja hän kirjoitti myös ruoasta. *The Collected Works of Mahatma Gandhi* -kokoelmaa tarkasteltaessa voidaan tehdä se huomio, että

---

<sup>168</sup> Gandhi 1927, 295–296.

<sup>169</sup> Gandhi 1927, 296; Arnold 2001, 62, 55.

<sup>170</sup> Gandhi 1927, 306.

<sup>171</sup> Gandhi 1927, 307.

kasvissyönti esiintyi Gandhin kirjeissä, puheissa, artikkeleissa ja muissa kirjoituksissa, mutta harvemmin vegetarismi-termillä, vaikka termi oli tuolloin jo olemassa. Gandhi kirjoitti ja puhui ennemminkin moraalisesti oikeasta, *brahmacharyaa* tukevasta tai yksilön ja yhteisön terveyttä edistävästä ruokavaliosta ja ravinnosta. Tämä on hyvä esimerkki siitä, miten Gandhi lähestyi ravintoa: sen rooli oli niin eettinen, uskonnollinen, terveydellinen kuin yhteiskunnallinen. Gandhi kirjotti pääasiassa intialaisille, mutta ensimmäiset artikkelit *The Vegetarian*-lehteen Englannissa oli suunnattu englantilaiselle yleisölle.<sup>172</sup> Vegetarismi-käsitteen vähäinen käyttö saattoi juontua myös tästä: intialaiselle yleisölle ei vegetarismin yleisyyden takia tarvinnut erikseen korostaa ruokavalion kasvisperäisyyttä. Seuraavaksi esittelen osia Gandhin tuotannosta, joissa näkyy, miten hän pyrki levittämään kasvissyöntiä ihmisten keskuudessa, aina Englannin vuosista Etelä-Afrikan aikaan.

Gandhi aloitti artikkelien kirjoittamisen opiskellessaan Lontoossa. Hän kirjoitti *The London Vegetarian Society*n Englannissa julkaisemaan lehteen *The Vegetarian*. Gandhin artikkelit tuolta ajalta käsittelivät kasvissyöntiä Intiassa, intialaisten kuluttamia ruoka-aineita ja intialaisia juhlia. Artikkeleiden tähtäimenä vaikuttaa olleen tutustuttaa englantilainen yleisö intialaiseen ruokakulttuuriin ja antaa siitä virikkeitä englantilaiseen kasvisruokavalioon. Ensimmäinen artikkeli julkaistiin helmikuussa 1891 ja se oli ensimmäinen osa artikkelisarjaa *Indian Vegetarians*, Intialaiset kasvissyöjät. Voimme huomata artikkelista, että englantilaiselle yleisölle kirjoittaessaan Gandhi käytti vegetarismi-termiä runsaasti.<sup>173</sup>

Aluksi, intialainen vegetarismi ei tarkoita kasvis-, kananmuna- ja maitoperäistä ruokavaliota. Intialaiset, toisin sanoen intialaiset kasvissyöjät, kieltäytyvät nauttimasta kalan, lihan ja siipikarjan lisäksi kananmunia, sillä he väittävät, että kananmunan syöminen on rinnastettavissa tappamiseen; sillä kananmuna, joka jätetään rauhaan, kehittyisi oletettavasti siipikarjaksi.<sup>174</sup>

Gandhi esitteli intialaisten suhdetta tappamiseen. Elämän tuhoaminen oli kiellettyä ja se ulottui erilaisiin ruoka-aineisiin, kuten kananmuniin. Myös Gandhi kieltäytyi kananmunien nauttimisesta. Kerran elämässään hän toteutti ruokakokeilun, jossa eli juustolla, maidolla ja kananmunilla, mutta totesi sen turhaksi. Omaelämäkerrassaan Gandhi kirjoitti, että oli ollut vakuuttunut yleisölle tuntemattomaksi jäävän ravintouudistajan näkemyksestä, että kananmunien syömisessä ei ole mitään väärää, mutta jälkeenpäin katui ruokakokeiluun ja palasi kananmunattomaan ruokavalioon alle kahdessa viikossa ruokakokeilun aloittamisesta.<sup>175</sup>

---

<sup>172</sup> Yleiskatsaus *The Collected Works of Mahatma Gandhi* -kokoelmaan.

<sup>173</sup> CWMG I, 19–41.

<sup>174</sup> CWMG I, 19.

<sup>175</sup> Gandhi 1927, 51.

Gandhi jatkoi kirjoittamista *The Vegetarian* -lehteen Etelä-Afrikan vuosinaan. Syyskuussa 1893 julkaistussa lehdessä julkaistiin Gandhin kirje, jossa hän kertoi, kuinka oli saanut vakuutettua vuokranantajansa kääntymään kasvissyöjäksi. Hän oli kuitenkin huolissaan rouvan vakaumuksesta uuteen ruokavalioon:

Täältä ei löydy kunnollisia kasviksia. Sellaiset ovat todella arvokkaita. Myös hedelmät ovat arvokkaita; kuten on maitokin. Täten tulee hyvin hankalaksi tarjota hänelle riittävää vaihtelua. Hän varmasti jättää sen (kasvissyönnin), jos se tulee hänelle yhtään kalliimmaksi.<sup>176</sup>

Samassa kirjeessä Gandhi vielä kertoo ruokavaliokokeilusta, jota oli jo kerran koettanut, mutta tulisi testaamaan sitä vielä uudelleenkin saadakseen kunnollisen ymmärryksen sen vaikutuksista. Englannissa alkaneet ravinnolliset kokeilut jatkuivat siis aktiivisina Etelä-Afrikassa. Tästä on oiva esimerkki myös maaliskuussa 1894 julkaistu artikkeli *An Experiment in Vital Food The Vegetarian* -lehdessä, jossa Gandhi kertoi lukijoille ruokavaliokokeilustaan elävän ravinnon parissa.<sup>177</sup>

Vuosina 1893–1894 kirjoittamastaan Lontoon-oppaasta *Guide to London* käy ilmi, kuinka vegetarismien puolesta puhuminen ja levittäminen oli Gandhille erityisen tärkeää. Hän liitti matkaoppaaseen kappaleen, jossa puolusti kasvissyöntiä niin ekonomisin, terveydellisin kuin eettisin argumentein.<sup>178</sup> Huhtikuussa 1894 *The Vegetarian* -lehdessä julkaistiin Gandhin kirje, jonka hän oli osoittanut Englannissa asuville intialaisille. Kirjeessä hän antaa monia syitä sille, miksi intialaisten tulisi liittyä *The London Vegetarian Societyyn*.<sup>179</sup> Toukokuussa 1894 julkaistussa lehdessä Gandhi taas kirjoitti siitä, kuinka helppoa on saada lapsi kääntymään vegetaristiksi:

Minä kirjoitan tästä näyttääkseni, kuinka helposti lapset voi vakuuttaa suuresta totuudesta ja houkutella heidät välttämään lihaa, jos heidän vanhempansa eivät ole muutosta vastaan.<sup>180</sup>

Joulukuussa 1895 julkaistiin *The Vegetarianissa* Gandhin kirjoitus kasvissyönnistä Natalissa. Hän kuvaili kasvissyönnin levittämisen vaikeutta kertoen, kuinka kasviksia on vaikeasti saatavilla. Hänen mukaansa maa on hedelmällinen ja kasviksia voisi kasvattaa mielin määrin, mutta kasviksia tuntevia maanviljelijöitä ei ole tarpeeksi.<sup>181</sup> Seuraavana vuonna, helmikuussa 1896, Gandhi jatkoi kirjallista työtään kasvissyönnin levittämisen puolesta, ja kirjoitti *The Natal Mercury* -lehteen artikkelin, jossa ylisti kasvissyöntiä. Hän esitti kasvissyönnin olevan ekonomisin ja fysiologien mukaan ihmiselle sopivin ruokavalio.

---

<sup>176</sup> CWMG I, 65.

<sup>177</sup> CWMG I 121–124.

<sup>178</sup> CWMG I, 91–99.

<sup>179</sup> CWMG I 125–126.

<sup>180</sup> CWMG I, 126–127.

<sup>181</sup> CWMG I, 290–292.

Hän myös rinnasti älykkyyden ja menestyksen vegetarismiin nimeämällä historian arvostettuja hahmoja, jotka ovat olleet kasvisyöjiä. Kirjoitus tuntuu olleen suunnattu etenkin *The Natal Mercury* lukeville kristityille, sillä Gandhi käsitteli kristillistä kasvisyöntiä siinä monin sanoin. Gandhi kirjoitti, että liharuoka (viinin ohella) on stimulantti, joka aiheuttaa intohimoa ja siten vaikeuttaa irrottautumista Saatanan otteesta. Hän myös viittasi kristillisen kasvisyönnin näkemykseen siitä, kuinka ennen paratiisista karkoitusta ihminen oli vegetaristi.<sup>182</sup>

Vuoden 1896 jälkeen kasvisyönti esiintyi Gandhin tuotannossa vähemmän jokusen vuoden ajan. Hän lopetti *The Vegetarian* -lehteen kirjoittamisen eikä käynyt aktiivista vegetarismia koskevaa kirjeenvaihtoa. Tuotantoa tarkastellessa käy ilmi, että noina vuosina Gandhi keskittyi ajamaan Etelä-Afrikan intialaisten aseman parantamista aktiivisesti. Omaelämäkerrassaan Gandhi kertoi vuosista 1897–1906 huomattavan vähän. Seuraava kirjoitus *The Vegetarian* -lehteen oli vasta vuodelta 1903, ja sekin on vain vastaus nimettömäksi jäävän lukijan Etelä-Afrikan elämää koskeviin kysymyksiin.<sup>183</sup> Huomionarvoista on kuitenkin tarkastella Gandhin *Guide to Health* -teosta, joka julkaistiin alun perin artikkelisarjana *Indian Opinion* -lehdessä vuonna 1906. Sen ensisijaisena kohderyhmänä oli Etelä-Afrikan intialainen väestö.

*Guide to Health* käsitteli pitkälti samoja kysymyksiä kuin myöhemmin julkaistu *Key to Health*. *Guide to Health* tuntuu olleen niin sanotusta raakaversio pidemmälle kehitetystä *Key to Healthista*, johon paneudun tarkemmin tuonnempana. Gandhi keskittyy teoksissa samoihin teemoihin, joskin myöhemmässä *Key to Healthissa* Gandhi käsitteli *brahmacharyaa* laajemmin. Gandhi oli harjoittanut teoksen kirjoittamisen aikaan *brahmacharyaa* jo vuosikymmenien ajan.

*Guide to Health* on kirjoitettu terveyden ylläpitämisen näkökulmasta omiin kokemuksiin perustuen.<sup>184</sup> Gandhi viittasi omakohtaisilla kokemuksilla aktiivisiin ruokavaliokokeiluihin ja niistä tekemiinsä johtopäätöksiin. Hän antoi teoksessa ohjeita hyvään terveyteen ja tasapainoiseen elämään. Kysymys siitä, miksi Gandhi halusi kirjoittaa lehteen ohjeistavan artikkelisarjan, on Gandhin ravinnollisen ajattelun keskiössä. Teoksen viimeinen kappale johtopäätöksistä on kirjoitettu kollektiiviseen me-muotoon ja se käsittelee Jumalan roolia ihmisen terveydessä:

---

<sup>182</sup> CWMG I, 292–295.

<sup>183</sup> Yleiskatsaus CWMG I, II & III -teoksiin; CWMG III, 345.

<sup>184</sup> Gandhi 1906, 9.



Jumala on antanut meille tämän kehon, jotta voimme käyttää sen hurskaaseen Jumalan ja ihmiskunnan palvelukseen. Eikö siis ole meidän velvollisuutemme pitää se puhtaana? Jos teemme niin, Jumala palkitsee meidät kuolemattomuudella.<sup>185</sup>

Gandhin mukaan oli ihmisen uskonnollinen velvollisuus pitää huolta omasta terveydestään. *Guide to Health* oli ensimmäinen kirjoitus Gandhilta, jossa hän kokosi yhteen käsityksiään ravinnosta ja antoi ihmisille ohjeita oman terveytensä ylläpitoon. Miksi Gandhi halusi, että Etelä-Afrikan intialaiset pitivät huolta terveydestään? Hänen tavoitteenaan on voinut olla kannustaa ihmisiä aktiiviseen jumalanpalvelukseen, hyvinvoinnin ylläpitoon, tai taustalla on voinut elää Englannin vuosilta peritty ajatus yhteiskunnan uudistamisesta. Terveys on yhteiskunnallinen tekijä ja sen ylläpito on voinut liittyä intialaisten aseman parantamiseen Etelä-Afrikassa. Nuorempana Gandhi oli ajatellut, että englantilaisten ylivalta Intiassa johtui heidän liharuokavaliosta saamastaan voimasta<sup>186</sup> – kenties Gandhi uskoi intialaisten hyvän terveyden edistävän heidän yhteiskunnallista tilannettaan Etelä-Afrikassa. Viimeinen ajatus ei tosin käy ilmi Gandhin kirjallisesta tuotannosta. Ajatus terveydestä yhteiskunnallisena vaikuttimena tulee paremmin esille vasta myöhemmin, Gandhin Intian vuosina. Jos yksi *Guide to Healthin* kirjoittamisen motiiveista oli yhteiskunnallinen, ei Gandhi tuonut sitä julki.

*Indian Opinion* oli lehti, jota Gandhi oli mukana perustamassa 1903. Sen on esitetty olleen yksi intialaisten kansallisen taistelun näyttämöistä: intialaisen identiteetin rakentaja ja poliittisen aktivismin ylläpitäjä. Vuodesta 1904 eteenpäin lehteä painettiin Gandhin yhteisössä *Phoenix Settlementissä* ja Gandhi käytti sen pyörittämiseen sekä omaa aikaa että rahaa. Myöhemmin elämässään hän totesi, että passiivisen vastarinnan kampanja ei olisi onnistunut ilman *Indian Opinion* -lehteä.<sup>187</sup> Etelä-Afrikan vuosina *Indian Opinion* oli Gandhille kansalaisaktivismin lisäksi yksi tärkeimmistä väylistä levittää vegetarismin sanomaa – lehdessä julkaistiin Gandhin terveyttä ja ruokavaliota käsitteleviä artikkeleita runsaasti.<sup>188</sup> Myös Gandhin perustamien ashrameja voidaan pitää Gandhin vegetarismin levittämisen metodeina. Kuten Gandhi omaelämäkerrassaan kirjoitti, esimerkiksi Tolstoy Farm -yhteisössä kaikki pitäytyivät kasvisruokavaliossa, koska kunnioittivat häntä.<sup>189</sup> Etelä-Afrikasta lähdettyä Gandhin kasvissyönnin levittämisen alusta muuttui samalla, kun uskonnollisen vegetarismin periaatteet alkoivat selkeytyä ja syventyä hänelle.

---

<sup>185</sup> Gandhi 1906, 88.

<sup>186</sup> Gandhi 1927, 17–18.

<sup>187</sup> Arnold 2001, 55; Dhupelia-Mesthrie [2003].

<sup>188</sup> Esimerkkinä mainittakoon *General Knowledge About Health*, laaja artikkelisarja vuodelta 1913 CWMG XI & XII.

<sup>189</sup> Gandhi 1927, 296.

### 3. Kasvissyönti hengellisenä palveluksena – vakaumus kypsyä Intiassa 1914–1948

#### 3.1. Moraalisesti oikea toiminta ihmisen uskonnollisena velvollisuutena

##### 3.1.1. Ahimsa poliittisen status quon muuttajana 1914–1931

Gandhi lähti Etelä-Afrikasta 1914 ja palasi Intiaan 1915 vierailtuaan kotimatalla ensin Englannissa.<sup>190</sup> Gandhi toteutti ravinnollisia tutkimuksiaan jopa matkansa aikana, mikä kertoo niiden aktiivisesta ja tärkeästä roolista Gandhin elämässä. Hän kuitenkin sairastui Englannissa ja sairastaminen aiheutti hänelle uskonnollisen dilemman siitä, mitä hän voisi syödä tervehtyäkseen paremmin. Lääkäri suositteli hänen ruokavalionsa lisättäväksi maidon ja viljat, mutta uskontoon vedoten hän kieltäytyi nauttimasta maitoa. Gandhi ei myöskään uskonut sisäisesti nautittaviin lääkkeisiin, vaan oli varma siitä, että paranisi oikean ruokavalion ja ulkoisen hoidon avulla. Lopulta Gandhi pitäytyi tutussa *brahmacharin* ruokavaliossa: hedelmissä ja pähkinöissä. Hän kirjoitti omaelämäkerrassaan, että laivamatkalla Englannista Intiaan hän alkoi lopulta voida paremmin.<sup>191</sup> Gandhi, jonka mukaan terveyden ylläpito oli jumalanpalvelusta, kamppaili sisäisesti siitä, miten voisi palvella jumalaansa parhaansa mukaan, mutta toimia samalla moraalisesti ja uskonnollisesti oikein itselleen kiistanalaisessa tilanteessa. Tämänkaltaiset moraaliset kysymykset värittivät Gandhin ravinnollista pohdintaa läpi hänen elämänsä. Moraalinen ajattelu, puhe ja toiminta oli Gandhille ensisijaisen tärkeää.<sup>192</sup>

Gandhi palasi Intiaan 1915 kansan silmissä lähes pyhimyksenä. Hän oli kuitenkin ollut poissa Intiasta vuosikymmeniä, eikä maan poliittiseen toimintaan liittyminen ollut helppoa. Intian poliittisissa kuvioissa Gandhi tunnettiin lähinnä Etelä-Afrikan intialaisten oikeuksien ajajana ja Etelä-Afrikan työjärjestelmän arvostelijana – ei niinkään Intian itsenäisyyden puolestapuhujana.<sup>193</sup> Samana vuonna hän perusti ensimmäisen *ashraminsa* Intiassa, Sabarmati Ashramin. Yhteisön oppi oli totuudelle omistautuminen ja sen aktiivinen etsintä ja vaatiminen.<sup>194</sup>

Vuonna 1916 Gandhi aloitti Intian kansallisessa kongressissa ja vuonna 1917 hän työskenteli Champaranin alueen indigon kasvattajien oikeuksien puolesta.<sup>195</sup> Vuonna 1918

---

<sup>190</sup> Arnold 2001, 73.

<sup>191</sup> Gandhi 1927, 318–323; Brown 1989, 96.

<sup>192</sup> Esimerkki Gandhin moraalisesta pohdinnasta *Ethical Religion* -artikkelisarja vuodelta 1907 CWMG VI.

<sup>193</sup> Arnold 2001, 73.

<sup>194</sup> Gandhi 1927, 354–355.

<sup>195</sup> Gandhi 1927, 368–370; Brown 1989, 105; Arnold 2001, 83–85.

Gandhi taisteli Khedan alueen maatyöläisten puolesta, joilta hallinto vaati korkeita summia maan tuotoista. Samana vuonna hän toteutti ensimmäisen poliittisen paastonsa Intiassa lakkoilevien tehdastyöläisten puolesta. Sekä Champaranin että Khedan *satyagrahaan* kuului Gandhilla myös pyrkimys kansan kehittämiseen: hän ohjeisti kannattajiaan yksinkertaiseen kylämäiseen elämäntapaan, pyrki kehittämään hygieniää ja koulutusta sekä edisti *satyagrahan* periaatteita.<sup>196</sup> Gandhin tavoitteena oli kehittää Intiaa ja intialaisten elintasoja, mutta hän pyrki myös vaikuttamaan kansan elintapoihin ja moraaliin.

Vuonna 1920 Gandhista tuli Intian kansallisen kongressin johtohahmo, joskaan ei sen presidentti. Hänen ajamansa yhteistyöstä kieltäytymisen ohjelma oli saanut kongressilta hyväksynnän. Yhteistyöstä kieltäytymisen ja kansalaistottelemattomuuden liike 1920–1922 pyrki yhdistämään yhteiskuntaluokat yhdeksi rintamaksi brittiläistä hallintoa vastaan tavoitteenaan Intian itsehallinto. Mikä liikkeessä vetosi ihmisiin, oli Gandhi. Hänellä oli kansan keskuudessa pyhän miehen maine ja hän veti ihmisiä puoleensa sankoin joukoin. Hänellä oli lähes messiaaninen asema kansan vapauttajana ja kurjuuden karkottajana. Gandhista kerrottiin jopa maagisia tarinoita, myyttejä. Gandhi osasi puhua Intian maalaisväestön puolesta, mikä vetosi ihmisiin. Tutkija David Arnoldin mukaan ristiriitaista oli kuitenkin se, että Gandhi ei ollut valmis ottamaan kannattajiaan vastaan sellaisina kuin he olivat. Gandhi odotti heiltä omistautumista aatteeseen: väkivallattomuuteen, yhteiskuntaluokkien väliseen sopuun, uhrautumiseen, kuriin ja itsekontrolliin. Arnold esittää teoksessaan *Gandhi*, että liike oli Gandhille poliittisen ohjelman lisäksi myös moraalinen ristiretki, jonka kautta intialaiset pystyivät puhdistautumaan ulkomaisen johdon aiheuttamasta tahriintumisesta.<sup>197</sup>

Gandhi ajoi Intian kansallisen kongressin uudistusta, joka toteutettiin 1921. Uudistus pyrki luomaan elitistisestä organisaatiosta massoja syleilevän maalaisjärjestön.<sup>198</sup> Vuotta aiemmin Gandhi aloitti boikotin ulkomaisia kankaita vastaan. Hän uskoi kotitekoisen kangastuotannon olevan elintärkeää Intian olemassaololle ja esitti brittiläisen kangastuotannon tuhonneen tämän. Rukista muodostui symbolinen ase väkivallattomaan taistoon brittiläistä hallintoa vastaan; Gandhi uskoi *khadin*, kotitekoisen kankaan, olevan vastaus Intian maaseudun köyhyyteen.<sup>199</sup> Vuonna 1922 Gandhi pidätettiin kansalaistottelemattomuudesta ja tuomittiin kuuden vuoden vankeusrangaistukseen, mutta

---

<sup>196</sup> Gandhi 1927, 384, 388–391, 392–397; Arnold 2001, 88–89; Fischer 1957, 174–175.

<sup>197</sup> Gandhi 1927, 448–452; Arnold 2001, 114–115, 95–99, 118–119.

<sup>198</sup> Arnold 2001, 115–117.

<sup>199</sup> Gandhi 1927, 441–442; Arnold 2001, 126–128; Brown 1989, 163.

hänet vapautettiin umpilisäkeleikkauksen yhteydessä 1924 hänen suoritettuaan kaksi vuotta rangaistuksestaan. Hän aloitti omaelämäkertansa kirjoittamisen näinä vuosina.<sup>200</sup>

Yhteistyöstä kieltäytymisen ja väkivallattoman vastarinnan kampanja oli tullut päätökseen Gandhin vankilavuosina, joskaan Gandhi ei luopunut aatteesta. Vuoden 1924 syyskuussa Gandhi aloitti 21 päivän paaston edistääkseen hindujen ja muslimien yhtenäisyyttä Intiassa. Seuraavina vuosina Gandhi pitäytyi poissa politiikan eturintamasta heikon terveyden takia, mutta jatkoi maan kiertämistä, puheiden pitämistä ja ahkeraa kirjoittamista.<sup>201</sup>

Vuonna 1928 Gandhi johti siihen mennessä parhaiten onnistunutta kansalaistottelemattomuuden liikettä, *Bardoli satyagrahaa*, jossa vastustettiin suuria veronkorotuksia. Onnistunut kampanja vahvisti Gandhin omaa uskoa *satyagrahaan* ja loi mahdollisuuden uuteen koko kansan laajuiseen kampanjaan.<sup>202</sup> Seuraava väkivallattomuuden periaatetta jatkava kansalaistottelemattomuuden kampanja käytiin, kun vuonna 1930 Gandhi marssi kannattajiensa kanssa suolamarssilla suolan verottamista vastaan. Massiivinen kampanja keräsi kymmeniä tuhansia osanottajia. Gandhi pidätettiin maaliskuussa 1930.<sup>203</sup>

Tammikuussa 1931 Gandhi vapautettiin Yeravdan vankilasta hänen suoritettuaan vankeusrangaistusta suolamarssista yli kahdeksan kuukautta.<sup>204</sup> Helmikuussa 1931 hän kirjoitti *Young India* -lehteen julistuksen *ahimsasta* periaatteina:

Uusiessani yhteydenpidon lukijoihin näiden sivujen kautta antakaa minun julistaa uudelleen uskoni. Yli kahdeksan kuukauden mietiskely yksinäisyydessä on, jos mahdollista, kasvattanut uskoani totuuteen ja *ahimsaan*. Vaikka saattaisin itseni naurunalaiseksi, toistan sen, mitä olen niin usein sanonut: vapaaehtoinen universaali *khaddarin* adoptio kaikkine laajoine seuraamuksineen tarkoittaa *purna swarajia*<sup>205</sup> ja että kansalaistottelemattomuudesta tulee tarvittava velvollisuus vain siksi, että *khaddar* ei ole vielä saanut sitä sijaa, mikä sillä tulisi olla<sup>206</sup>.

*Ahimsa* oli aina vaikuttanut Gandhin toiminnan taustalla, mutta omien sanojensa mukaan kuukausien kontemplaatio oli lujittanut hänen uskoaan siihen. *Ahimsan* voidaankin havaita näyttävästi Gandhin kirjoituksissa ja puheissa enemmän Yeravdan vankeusrangaistuksen jälkeen.<sup>207</sup> Lausannessa joulukuussa 1931 pidetyssä tapaamisessa Gandhilta kysyttiin, mikä on vegetaristisen ruokavalion arvo. Tähän Gandhi vastasi toteamalla ruokavalion olevan äärettömän arvokas hänelle:

<sup>200</sup> Arnold 2001, 131–133; Brown 1989, 172–173.

<sup>201</sup> Arnold 2001, 136–138; Fischer 1957, 239–240.

<sup>202</sup> Arnold 2001, 139–140; Brown 1989, 219–220.

<sup>203</sup> CWMG XLIII, 2–8; Arnold 2001, 144–145, 148; Fischer 1957, 292–293.

<sup>204</sup> CWMG XLV, 135; Brown 1989, 247.

<sup>205</sup> *Purna Swaraj* tarkoittaa Intian itsenäistymistä Ison-Britannian vallasta.

<sup>206</sup> CWMG XLV, 134–135. *Khaddar* tarkoittaa tässä *khadia*, kotitekoista kangasta.

<sup>207</sup> Yleiskatsaus *Collected Works of Mahatma Gandhi* -kokoelmaan.

Minä koen, että henkinen kehitys vaatii ainakin jollain tasolla sen järkähtämättömän vaatimuksen, että meidän tulisi lakata tappamasta muita olentoja omien ruumiillisten halujemme tyydyttämiseksi.<sup>208</sup>  
Väkivallattomuus oli Gandhin mukaan se elementti, joka erottaa ihmiset raakalaisista.

Ahimsan toteuttaminen merkitsi Gandhille myös ihmisen kehitystä.

Miljoonat pystyvät harjoittamaan väkivallattomuutta, ei ymmärtäen täysin sen seuraamuksia, mutta koska se on lajimme laki. Se erottaa ihmisen raakalaisesta. Ihmisen täytyy vain pyrkiä toteuttamaan sitä.<sup>209</sup>

Puheessa Khudai Khidmatgarin liikkeelle<sup>210</sup> lokakuussa 1938 Gandhi painotti *ahimsan* tärkeyttä osana ihmisen sisäistä olemusta. Hänen mukaansa *ahimsa* oli työkalu vastustajia kohtaan myös henkisellä tasolla, ei vain teoissa. Tämä puhe on erinomainen esimerkki siitä, miten *ahimsa* näyttäytyi Gandhin elämässä aktiivisena ja ohjaavana tekijänä niin ajattelun, puheen kuin teon tasolla.

Jos te olette todella ymmärtäneet väkivallattomuuden merkityksen, teille pitäisi olla selvää, että väkivallattomuus ei ole periaate tai hyve, joka tuodaan esille tietyissä tilanteissa, tai jota harjoitetaan vain tietyssä puolueessa tai jaostossa. Sen täytyy tulla osaksi olemustamme. Vihan tulisi kadota kokonaan sydämistämme. Mikä muuten erottaisi meidät alistajistamme?<sup>211</sup>

### 3.1.2. Gandhi ja etiikka

"Minä ymmärsin, että pysyäkseen uskollisena kasvissyönnille ihminen tarvitsee moraalisen perustan"<sup>212</sup>, Gandhi sanoi puheessaan *The Moral Basis of Vegetarianism* The London Vegetarian Society'n kokouksessa vuonna 1931. Gandhin mukaan vegetaristisen elämäntavan tulisi perustua vakaumukselle siitä, että muita olentoja ei tule tappaa kehojemme tarpeiden tyydyttämiseksi.<sup>213</sup> Ymmärtääksemme Gandhin eettisesti painottunutta kasvissyönniä meidän tulee ymmärtää, mitä uskonnollinen ja eettinen käsite *ahimsa* merkitsi hänelle.

Gandhin opetukset väkivallattomuudesta kumpusivat hänen pohdinnoistaan koskien monia eri lähteitä, kuten hindulaisuutta, jainalaisuutta, kristillistä pasifismia ja kansalaistottelemattomuutta. Gandhin mukaan *ahimsa* merkitsi sitä, että yhtäkään elävää olentoa ei vahingoiteta ajatuksin, sanoin tai teoin, ei edes tuon olennon saaman mahdollisen hyödyn takia. Gandhin käsitys väkivallasta oli hyvin laaja ja hän uskoi ehdottomasti totuuden voimaan ja sen voittamattomuuteen väärintekemisen yhteydessä.<sup>214</sup> Gandhi esitti vuonna 1915:

---

<sup>208</sup> CWMG XLVIII, 408.

<sup>209</sup> CWMG LXX, 296.

<sup>210</sup> Khudai Khidmatgarin liike oli väkivallaton liike, joka pyrki vastustamaan brittiläistä hallintoa Intian luoteisosassa (nyk. Pakistan), Kurtz, 2009.

<sup>211</sup> CWMG LXVIII, 44.

<sup>212</sup> Gandhi 1931, 14.

<sup>213</sup> Walters&Portmess 1999, 140.

<sup>214</sup> Fox 1999, 126–127.

Meidän uskontomme perustuu *ahimsaan*, joka aktiivisessa muodossaan on pelkästään rakkautta, rakkautta ei vain naapureitasi tai ystäviäsi kohtaan, mutta rakkautta myös heitä kohtaan, jotka voivat olla vihollisiasi.<sup>215</sup>

Gandhi kirjoitti myös vuonna 1922:

Täydellinen väkivallattomuus merkitsee pahantahtoisuuden täydellistä poissaoloa kaikkea elollista kohtaan. Se siten syleilee jopa ihmistä vähäpätöisempää elämää lukematta pois vahingollisia hyönteisiä tai petoja. Niitä ei ole luotu tuhoisten tapojemme ravinnoksi. Jos me vain tunnemme Luojan, me löydämme niiden oikean paikan Hänen luomakunnassaan.<sup>216</sup>

Gandhin lähes koko aikuiselämä kului taistellen tämän eettisen ja hengellisen periaatteen, *ahimsan*, puolesta. Hänellä oli visio, jonka yhtenä olennaisena osana oli ajatus väkivallattomasta ruokavaliosta. Gandhi uskoi, että eläinten kärsimys kulki käsi kädessä ihmisten kärsimyksen kanssa. Hänen mukaansa lihasta pidättäytyminen toi ihmisen lähemmäs valaistumista, mutta vegetarismi itsessään ei poistanut väkivaltaa maailmasta. Gandhi kirjoitti, että niin kasvien kuin eläinten syömisessä oli läsnä väkivallan aspekti, mutta vegetarismilla saatiin kuitenkin vähemmän vahinkoa aikaan. *Ahimsa* oli Gandhille kokonaisvaltainen *dharma*, jonka yksi aspekti kasvisyönti oli. Kasvisyönti oli Gandhille myös apuna hänen harjoittaessaan *brahmacharyaa*, selibaattia.<sup>217</sup>

Gandhi esitti, että etiikka ja terveys kulkivat käsi kädessä. Hän kirjoitti, että vain täydellisen moraalin omistava henkilö voi saavuttaa täydellisen terveyden; ihmisen moraalilla oli siis tiiviissä yhteydessä ihmisen terveydentilaan.<sup>218</sup> Terveys taas oli Gandhin mukaan yhteydessä kasvisyöntiin. Hän kirjoitti esimerkiksi, että optimaalisen terveyden takaava ravinto löytyi hedelmien, vehnän ja oliiviöljyn yhdistelmästä.<sup>219</sup> Gandhi oli puhtaan kasvisruokavalion kannattaja.<sup>220</sup> Etiikka, moraalilla, terveys ja kasvisyönti muodostivat hänelle eheän palapelin, jossa jokainen tekijä oli yhteydessä toiseen. Olennaisinta hänelle tässä palapelissä oli ravinnon eettisyys ja terveydentila ja ihmisen hyvä moraalilla. Vankkumaton moraalilla ja eettinen ravinto olivat avaimet täydelliseen terveyteen.

Gandhin koko tuotantoa tarkasteltaessa on helppoa havaita moraalin merkitys Gandhille. Hindulaisessa etiikassa on neljä arvoa, joita kutsutaan *purusarthaiksi*. Nämä *purusarthat* ovat *dharma*, *artha*, *kama* ja *moksha*. Hindulaisessa etiikassa moraalin käsitettä vastaa lähinnä *dharma*, joka painottaa merkitykseltään velvollisuutta ja sitoutumista. *Dharma* liitetään usein myös pakollisten tekojen toteuttamiseen ja kielletyn välttämiseen. *Artha* merkitsee varakkuutta ja poliittista vaikutusvaltaa ja *kama* sensuaalisia nautintoja. *Moksha* on

---

<sup>215</sup> CWMG XIII, 65–66

<sup>216</sup> CWMG XXIII, 24.

<sup>217</sup> CWMG XXXV, 380–381; Gandhi 1927, viii, 183, 242; Walters&Portmess 2001, 53.

<sup>218</sup> CWMG XII, 50; Gandhi 1906, 13–14.

<sup>219</sup> Gandhi 1906, 40.

visio perimmäisestä hyvästä elämästä, johon moraalisella hyvällä ja pahalla ei ole vaikutusta. *Moksha* on täten *dharmaa*, moraalialia, korkeampi arvo.<sup>221</sup> Gandhille *dharma* merkitsi velvollisuutta. Yksilön velvollisuuksien suorittaminen auttaisi yhteiskuntaa saavuttamaan tasapainon ja omavaraisuuden. Yksilön velvollisuudet auttaisivat yhteiskuntaa taas edelleen kasvuun ja vaurauteen, sekä sosiaalisen järjestyksen ylläpitoon.<sup>222</sup> Gandhille *purusarthat* olivat kuin tavoitteita, joita kohti ihmisten tuli tähdätä sosiaalisessa maailmassa. Hänen mukaansa *purusarthojen* harjoittaminen auttoi ihmisiä kasvamaan niin henkilökohtaisella kuin sosiaalisella tasolla.<sup>223</sup> Teoksessa *Hind Swaraj* Gandhi esitti, että velvollisuudet ja oikeudet kulkivat käsi kädessä: ne, jotka suorittivat velvollisuutensa olivat oikeuksien arvoisia.<sup>224</sup> *Dharma* oli Gandhille moraalinen velvollisuus ja eettinen käsite ja korkein *dharma* Gandhille oli *ahimsa*: "(Toisin sanoen se tarkoittaa sitä, että) ei voi olla totuutta korkeampaa ihannetta, eikä voi olla korkeampaa velvollisuutta kuin väkivallattomuus."<sup>225</sup> Moraalinen toiminta Gandhille oli ensisijaisen tärkeää seä yksilöllisellä että yhteiskunnallisella tasolla.

Tutkija Joseph S. Alter esittää teoksessaan *Gandhi's Body*, että Gandhin voi nähdä pyrkineen toiminnallaan kansalliseen moraaliseen uudistukseen. Ruoka oli hänelle sosiaalinen, moraalinen ja poliittinen elämän tosiasia. Käytännössä tämä näkyi niin, että Gandhi pyrki löytämään uudistetun kansallisen ruokavalion, jota säännösteltäisiin tieteellisesti siten, että kaikki saisivat tarpeeksi maitoa, rasvoja, hedelmiä ja kasviksia. Esimerkkinä mainittakoon nälänhätä vuonna 1911. Osa intialaisista kärsi nälänhädästä ja Gandhi pyrki löytämään vastauksia sen syihin ja sen voittamiseksi. Hän esitti, että ensimmäinen keino auttaa oli pidättäytyminen ylellisyyksistä ja mahtailusta, ylpeydestä ja jyrkistä käytännöistä sekä rukoilla Jumalalta anteeksiantoa tehdyistä synneistä.<sup>226</sup> Gandhi pyrki näin tuomaan etiikan ja uskonnon kansallisen haasteen keskiöön; sekä vaikuttamaan kansan moraaliseen käytökseen, muistuttamaan uskonnollisesta elämästä, vaikuttamaan kansan ravintotottumuksiin että poistamaan konkreettisen kansallisen tason ongelman.

---

<sup>220</sup> Gandhi 1948, 18.

<sup>221</sup> Perrett 1998, 48–50.

<sup>222</sup> Gandhi 1909; CWMG VI, 330–332.

<sup>223</sup> Shukla 2005, 277–290.

<sup>224</sup> Gandhi 1909.

<sup>225</sup> CWMG LXII, 224.

<sup>226</sup> CWMG XI,182; Alter 2000, 21–23.

### 3.1.3. *The Moral Basis of Vegetarianism* ja vegetarismien eettisyys

*The Moral Basis of Vegetarianism* on erinomainen esimerkki siitä, miten Gandhi liitti ihmisen moraalin ja moraaliset valinnat kasvissyönteihin. Se on lyhyehkö puhe, jonka Gandhi piti *The London Vegetarian Society* kokouksessa Englannissa 20.11.1931.

Puheen alussa Gandhi kertoi ilahtuneensa suuresti saadessaan kutsun kokoukseen. Kutsu herätti hänessä eloon vanhoja muistoja kasvissyöjien kanssa aikoinaan muodostuneista ystävyssuhteista. Gandhi mainitsi puheen alussa myös Henry S. Saltin ja korosti sitä, miten *A Plea for Vegetarianism* osoitti Gandhille, että on moraalisesti oikein olla kasvissyöjä. Kotoa peritty tapa ja lupaus äidille saivat Saltin kirjoituksen myötä rinnalleen myös eettisen perusteen vegetarismien tueksi.<sup>227</sup>

Puheessa korostuivat käsitteet moraalinen, terveys ja ihmisen kehittyminen. Gandhi antoi puheellaan ymmärtää, että ihminen kehittyi moraalisten valintojensa kautta – yksi näistä valinnoista oli moraalinen ruokavalio: vegetarismi. Gandhin mukaan itsekkyyden ei voinut ihmistä eteenpäin evoluutiossa, vaan siihen vaadittiin altruistinen ja moraalinen päämäärä. Terveystieteellinen syy ei hänen mukaansa riittänyt vegetaristiksi kääntymiselle, sillä kasvissyönteillä ei välttämättä taannut terveyttä, etenkin jos kasvissyöjä söi väärin. Syyn vegetarismille tuli Gandhin mielestä siis olla moraalinen. Moraaliseen periaatteeseen sitoutumisen tuli olla myös vahva, jottei periaatetta uhrattaisi helposti. Puheessaan Gandhi antoi esimerkkinä oman vakaumuksensa, kuinka ei sairaanakaan suostuisi koskemaan liharuokiin, vaan ennemmin kuolisi.<sup>228</sup> Gandhi puhui vegetarismista ikään kuin elämäntapana. Samanlainen kaiku on havaittavissa Henry S. Saltin *A Plea for Vegetarianism and Other Essays* -teoksen toisessa luvussa.<sup>229</sup>

Gandhin tavoin ihmisen, ja etenkin sivilisaation, kehitystä käsittelee myös yksi Gandhin innoittajista, Howard Williams, *The Ethics of Diet* -teoksessaan. Williams kritisoi ajan yhteiskuntaa ja sen väärää moraalista valintoja. Hän esitti, että kasvissyönteillä olisi väylä uuteen humaaniin ja myötätuntoiseen yhteiskuntaan, jossa ihmiset ja eläimet olisivat samanarvoisia.<sup>230</sup> Williamsin utopistinen tulevaisuususkon heijastuu Gandhin puheessa, joskaan Gandhi ei painottanut yhteiskunnan muutoksen tärkeyttä, vaan ihmisen omaa moraalista valintaa ja ihmisen henkilökohtaista kehitystä. Kuten edellinen luku osoittaa, moraalinen oli Gandhille erityisen tärkeää ja moraalisesti oikea käytös oli hänelle *dharma*: hyve, jota kohti pyrkiä. Se oli myös velvollisuus, jonka kautta oli mahdollista sekä kehittää itseä että

---

<sup>227</sup> Gandhi 1931, 13.

<sup>228</sup> Gandhi 1931, 14–15.

<sup>229</sup> Salt 1886, 21.

<sup>230</sup> Williams 1883, xxv–xxviii.



parantaa maailmaa. Gandhin mukaan väkivallattomuus oli korkein mahdollinen *dharma*, joten kasvisyönti loogisesti oli *dharmaa* tukeva teko ja välttämättömyys niin henkilökohtaiselle kuin yhteiskunnalliselle ja sosiaaliselle kehitykselle. Eettisesti oikeanlainen ravinto oli Gandhille jumalanpalvelusta. Samalla sillä oli positiivisia vaikutuksia ihmisen kehitykselle.

Gandhi esitti puheessaan, että kasvisyönnin fyysisten seuraamusten sijaan meidän tulisi tarkastella sen moraalisia seuraamuksia. Gandhi puhui siitä, miten ihminen on monessa pedon kaltainen, mutta monessa asiassa myös erilainen kuin peto.<sup>231</sup> Tässä kohdin on havaittavissa viktoriaanisen Englannin aatteellisen vegetarismien ajattelutapa ja sanavalinnassa etenkin vaikutus Anna Kingsfordilta, joka esittää *The Perfect Way in Diet* -teoksessaan, että lihansyönti johtaa petomaiseen käytökseen.<sup>232</sup> Myös Henry S. Salt kirjoitti *A Plea for Vegetarianism* -esseessään, että liha on stimulantti, jonka nauttiminen johti paheeseen ja väkivaltaan.<sup>233</sup>

Puheen lopussa Gandhi kiitti yleisöä ja puhui heille vegetarismien muuttuneista kasvoista. Gandhin mukaan hän ei voinut sanoa tavanneensa yleisöään aiemmin, sillä *London Vegetarian Society*ssa yli 40 vuotta vaikuttaneita henkilöitä, kuten Henry S. Salt, oli enää vähän.<sup>234</sup> On mahdollista, että Gandhi viittasi tällä ihmisten kyvyttömyyteen pysyä aktiivisena kasvisyöjänä ja järjestöelämässä. Gandhi palasi kirjallisessa tuotannossaan toistuvasti ihmisen sitoutumiseen periaatteisiin, itsekuriin ja itsehillintään.

Meidän tulisi välttää kaikkia mahdollisuuksia viettelykseen. Meidän tulisi kehittää inho sitä kohtaan, sillä uhrautuminen ilman inhoa on vain ulkoinen uhrautuminen eikä tule kestäväksi.<sup>235</sup>

Paastoaminen voi auttaa eläimellisen intohimon hillitsemisessä vain, jos se tehdään itsehillinnän näkökulmasta. – – Toisin sanoen, paastoaminen on hyödytöntä, ellei sen seurana ole lakkaamaton kaipaus itsehillintään.<sup>236</sup>

*The Moral Basis of Vegetarianism* -puhetta sävytti painotus ihmisen moraalista valinnasta. Kasvisyönnin tuli perustua moraaliin: eettisesti oikein tekemiseen. Gandhille eettisesti oikea teko oli väkivallattomuuden toteuttaminen. Aiemmin samana vuonna, pohdiskeltuaan kuukausia vankilassa, hän oli uudelleenjulistanut uskonsa *ahimsaan*. Tämä uskonvahvistus näkyi puheessa, joka korosti ihmisen eettistä toimintaa ja kasvisyöntiä yhtenä eettisen toiminnan ulottuvuutena. Hän ei käyttänyt puheessa termiä *ahimsa*, mutta

---

<sup>231</sup> Gandhi 1931, 15.

<sup>232</sup> Kingsford 1881, 52–54

<sup>233</sup> Salt 1886, 16–17

<sup>234</sup> Gandhi 1931, 16.

<sup>235</sup> CWMG XL, 67.

<sup>236</sup> Gandhi 1927, 296.

viittasi hengellisyys- kasvisyön- nän tärkeimpänä elementtinä. Gandhi esitti, että kasvisyönti ei ole ruumista varten, vaan sielua.<sup>237</sup>

Kuten johdannossa on esitetty, viktorianlaisen Englannin humanitaarit kasvisyöjät vetosivat usein etiikkaan puolustaessaan kasvisyöntiä. Lihansyönti ei ollut heidän mielestään moraalisesti oikeutettua, koska se oli julmaa ja aiheutti turhaa kärsimystä eläimille. Eläinten teurastus ymmärrettiin myös ihmisen mieltä raaistavaksi ja lihansyön- nän esitettiin tekevän ihmisistä villejä ja julmia. Eläinten rinnastaminen ihmisiin yleistyi viktorianlaisena aikana ja eläimiin alettiin liittää aiemmin vain ihmiselle kuuluneita oikeuksia. Ajan kristilliset kasvisyöjät taas esittivät, että henki ja ruumis ovat tiiviisti kytköksissä ja siten vaikuttivat kiinteästi toisiinsa. Ihmisen moraalit ei voinut olla hyvä, jos hänen fyysiset tapansa olivat huonot. Heidän mielestään terveysuudistus oli tarpeellinen väline puhtaan moraalin saavuttamiseksi.

Gandhin vegetaristisessa moraalikäsitelmässä tulee esiin sekä Intian uskonnollisuuden, englantilaisten humanitaarien että englantilaisten kristillisten vegetaristien argumentteja. Gandhi näyttää ikään kuin luoneen suuren moraalisen kokonaisuuden yhdistellen palapelin eri palasia yhteen. Lihansyön- nän eettisesti negatiivisten vaikutteiden korostaminen tulee viktorianlaisesta Englannista: lihansyönti aiheutti eläimille kärsimystä, mutta oli myös ihmisen luonnon vastaista ja ajoi ihmistä petomaiseen käytökseen. Gandhin voi nähdä jakaneen kristillisten vegetaristien kanssa ajatuksen hengen ja ruumiin yhteydestä. Myös Gandhin mielestä väärät teot johtivat huonoon moraalit (ja toisinpäin). Ihmisen moraaliset velvollisuudet ja väkivallattomuuden toteuttaminen olivat Gandhille ensisijaisen tärkeitä, sillä hän uskoi *ahimsaan* korkeimpana *dharma*. Väkivallattomuuden toteuttaminen oli tie niin henkilökohtaiseen kuin yhteiskunnalliseen kehitykseen, myös ravinnon tasolla.

Gandhin tuotantoa tarkasteltaessa voidaan helposti nähdä erilainen tapa kommunikoida intialaisen ja eurooppalaisen yleisön kanssa. *The Moral Basis of Vegetarianism* -puheen tyylistä voidaan havaita jo se ennalta tiedetty tosiasia, että se ei ollut osoitettu Gandhin perinteiselle yleisölle, intialaiselle kuulijakunnalle, vaan englantilaiselle yleisölle. Gandhi ei käyttänyt puheessaan mitään hindulaisuuden termejä tai sanskritin sanoja, vaan niiden sijaan hän käytti paljon vegetarismi-termiä ja korosti sitä, kuinka terveydellinen syy kasvisyöjäksi kääntymiselle ei ollut kaikista tärkein. Tuohon aikaan terveydelliset liikkeet olivat muodikkaita ja suosittuja Englannissa, mikä selittää sen, miksi Gandhi korosti terveyden toissijaisuutta ja halusi avartaa brittiläisten vegetaristien ajattelua. Gandhille kasvisyönti oli

---

<sup>237</sup> Gandhi 1931, 14–15.

uskonnollinen vakaumus ja hän uskoi sellaisen tarvittavan, jotta vegetarismista tulisi pysyvä tekijä ihmisen elämässä.

## **3.2. Terveys keinona palvella Jumalaa**

### **3.2.1. Poliitiikkaa paastoten 1932–1948**

Tutkija David Arnold esittää teoksessaan *Gandhi*, että pyrkiessään muuttamaan Intian poliittista tilannetta Gandhi koki tarvetta muuttaa myös yhteiskuntaa, sillä muuten vapaus olisi vailla todellista merkitystä. Koska Intian sosiaalinen järjestelmä oli tiiviisti kytköksissä uskonnollisiin uskomuksiin ja identiteetteihin, myös Gandhin uskonnollinen ajattelu kulki käsi kädessä hänen poliittisen ja yhteiskunnallisen ajattelunsa kanssa.<sup>238</sup> Vuodesta 1932 eteenpäin Gandhin poliittista toimintaa väritti paastoaminen. Kyseisenä vuonna Gandhi aloitti paastojen sarjan, jolla protestoi kastittomien oikeuksien puolesta: Gandhi vastusti erillisen elektoraatin muodostamista kastittomille, jotta hindut eivät jakautuisi kahtia. Protesti tunnetaan *Harijan*-kampanjana ja Gandhi aloitti sen Yeravdan vankilassa 1932. Vuonna 1933 hän suoritti jälleen kaksi paastoa.<sup>239</sup>

Paastoaminen oli Gandhille työkalu poliittisessa vaikuttamisessa, mutta sillä oli myös uskonnollinen ja terveydellinen aspekti. David Arnoldin mukaan Gandhin paastoamisessa oli havaittavissa elementtejä hindulaisesta ajattelusta paastoamisesta katumusharjoituksena, mutta myös kristillisestä ajattelusta kärsivänä rakkautena. Gandhille paastoaminen oli keino puhdistautua, ilmaista syvää surua ja loukkaantumista rakastamiaan ihmisiä kohtaan, sovittaa toisten syntejä, vahvistaa toisten ihmisten uskoa ja moraalialia sekä tuoda riiteleviä osapuolia yhteen. Osassa paastoista Gandhi uhkasi paastota kuolemaan asti. Arnold esittääkin kysymyksen siitä, oliko näin radikaali paastoaminen voinut olla enää väkivallattomuuden periaatteen sisällä.<sup>240</sup> *Harijan*-lehdessä julkaistiin elokuussa 1946 Gandhin käymä keskustelu ystävänsä kanssa, jossa hän kertoi kuolemaan asti paastoamisesta:

Kuolemaan asti paastoaminen on viimeinen ja tehokkain ase *satyagrahan* taistelussa. Se on pyhä asia. Mutta se tulee hyväksyä kaikkine seuraamuksineen. Se, mikä on tärkeää, ei ole paastoaminen, vaan se, mitä itse paasto merkitsee.<sup>241</sup>

Paastoaminen oli Gandhille pyhää jumalanpalvelusta ja siihen liittyi aina uhrautumisen aspekti. Oli mahdollisuus, että hän voisi menettää henkensä paastotessaan, mutta hän oli sen

---

<sup>238</sup> Arnold 2001, 164.

<sup>239</sup> CWMG LI 51–56, 128–129; Arnold 2001, 159, 182.

<sup>240</sup> Yleisesti Gandhin suhteesta paastoon: kirjoitukset paastoamisesta teossarjassa CWMG L–LVI; Arnold 2001, 181.

<sup>241</sup> CWMG LXXXV, 147.

vaihtoehdon hyväksynyt. Paastoaminen kuolemaan asti ei vaikuttanut olevan Gandhin mielestä ristiriidassa *ahimsan* periaatteen kanssa. Hän kirjoitti: ”*Ahimsa* tarkoittaa ääretöntä rakkautta, joka taas tarkoittaa ääretöntä kykyä kärsimykseen”<sup>242</sup>. *Ahimsan* mukaan elänyt ihminen pystyi kärsimään ja uhrautumaan aatteen edessä.

Gandhi esitti, että paastoamisella oli positiivinen vaikutus niin terveyteen, ajatteluun kuin sieluun. Hän rinnasti paastoamisen myös rukoiluun:

Aito paasto puhdistaa kehon, mielen ja sielun. Se ristiinnaulitsee lihan ja sen tehdessään vapauttaa sielun. Vilpittön rukous voi tehdä ihmeitä. Se on sielun voimakas kaipaus suurempaan puhtauteen. Kun näin saavutettu puhtaus käytetään jaloon tarkoitukseen, se muuttuu rukoukseksi.<sup>243</sup>

Vuodesta 1932 eteenpäin paastoamisesta tuli usein toistuva elementti Gandhin poliittisessa taistelussa. Hän siirtyi kollektiivisesta kansanjoukko yhdistävästä protestoimisesta henkilökohtaisempaan ja ehdottomampaan metodiin: paastoon. Vuosien 1932 ja 1942 välillä Gandhi paastosi viisi kertaa: 1932 vastustakseen kunnallista palkintoa, 1933 puhdistakseen itsensä ja toverinsa, 1933 protestiksi brittiläisiä rajoitteita kastittomien kanssa tehtävää työtä kohtaan, 1934 katumusharjoituksena vastustajan kärsimästä väkivallasta ja 1939 protestiksi johtajan käytöstä kohtaan.<sup>244</sup> Vuonna 1936 Gandhi oli perustanut neljännen *ashraminsa*, Sevagram Ashramin, jossa hän vietti suurimman osan loppuelämästään.<sup>245</sup>

Toinen maailmansota (1939–1945) siirtyi kohti Intiaa ja väritti Gandhin poliittista toimintaa. Hän pyrki pitäytymään väkivallattoman kansalaistottelemattomuuden ideaalissaan, mutta alkoi käydä kärsimättömäksi. Elokuussa 1942 Gandhi yhdessä Intian kansallisen kongressin kanssa esitti brittihallinnolle päätöksensä siitä, että brittien oli lähdettävä Intiasta. Brittihallinto tulkitsi tämän *Quit India* -liikkeen sodanjulistukseksi ja julisti kongressin laittomaksi. Se pidätytti kaikki kansanedustajat ja myös Gandhi vangittiin. Hänet vietiin Aga Khanin palatsiin suorittamaan vankeusrangaistustaan. Gandhi vapautettiin vuonna 1944.<sup>246</sup>

Gandhin vapauduttua palatsin vankeudesta toukokuussa 1944 oli poliittinen keskustelu Intian jakautumisesta käynnissä aktiivisena. Gandhi vastusti maan jakautumista uskonnon perusteella kahteen eri valtioon: hindulaiseen Intiaan ja islaminuskoiseen Pakistaniin. Vielä vuonna 1944 Gandhi osallistui itse poliittisiin tapaamisiin ja keskusteluihin, mutta vuodesta 1945 eteenpäin hänen roolinsa muuttui: Gandhi siirtyi pois poliittisesta valokeilasta toimimaan Intian johtohahmojen tukijana. Tutkija David Arnold toteaa teoksessaan *Gandhi*, että tämä muutos sopi Gandhille, sillä se antoi hänelle mahdollisuuden toteuttaa poliittista

---

<sup>242</sup> CWMG LXXI, 208.

<sup>243</sup> CWMG XVII, 110.

<sup>244</sup> Yleisesti Gandhin suhteesta paastoon: kirjoitukset paastoamisesta teossarjassa CWMG L–LVI; Arnold 2001.

<sup>245</sup> Arnold 2001, 185.

<sup>246</sup> Arnold 2001, 211–212; Brown 1989, 338–340.

toimintaa omalla tavallaan: henkilökohtaisilla protesteilla ja suoralla toiminnalla ilman byrokratiaa tai perustuslakia koskevia riitoja. Samalla muutos tarkoitti Gandhille suoranaisen vaikutusvallan vähenemistä.<sup>247</sup>

Iso-Britannia luopui Intiasta siirtomaana 15. elokuuta 1947. Samalla, kun Intia sai itsenäisyyden, se jakautui hindulaiseen Intiaan ja islaminuskoiseen Itä- ja Länsi-Pakistaniin. Maan sisällä kuohui; levottomuuksia ja väkivaltaisuuksia esiintyi usealla eri paikkakunnalla. Miljoonat ihmiset joutuivat lähtemään kodeistaan, kun he siirtyivät asumaan uusille alueille uskontonsa perusteella. Gandhi oli odottanut Intian vapautumista Ison-Britannian hallinnollisesta otteesta jo vuosikymmeniä, mutta kun se päivä koitti, oli se Gandhille tragedia. Hän koki, että muinaisesta hindulaisesta sivilisaatiosta syntynyt Intia tuhottiin vivisektiolla – tapettiin leikkaamalla se elävältä. Samalla miljoonat ihmiset joutuivat kokemaan väkivaltaa tai vääryyttä.<sup>248</sup>

Tutkija Judith Brownin mukaan Intian itsenäistyminen ja jakautuminen oli Gandhille uskonnollinen kriisi. Helmikuussa 1947 hän oli kirjoittanut yksityiskirjeessä: "Jos se *ahimsa*, josta olen kirjoittanut niin paljon, ja jota olen pyrkinyt toteuttamaan kaikki nämä vuodet, ei vastaa kriisitilanteessa, se ei ole enää arvokas minun silmissäni." Uskonnollisessa kontemplaatioissaan Gandhi päätyi epäilykseen siitä, ettei itse ollut kyvykäs toteuttamaan *ahimsaa*. Hän uskoi tehneensä jotain väärin, kun *ahimsa* ei toiminut hänen toivomallaan tavalla.<sup>249</sup>

Uskonkriisissään Gandhi pyrki löytämään oikean tavan toteuttaa *ahimsaa* ja aloitti aktiivisen kampanjan väkivallattomuuden puolesta. Lokakuussa 1946 hän vaeli Noakhaliin, itäiseen Bengaliin. Vaelluksella hän pyrki palauttamaan hindujen ja muslimien välisen rauhan. Saman vuoden marraskuussa Gandhi uhkasi paastota kuolemaan saakka, mikäli Biharin osavaltion hindut eivät lopettaneet tappamistaan. Gandhin seuraava protesti oli useita viikkoja kestänyt rauhan pyhiinvaellus, jolla hän vaeli paljain jaloin läpi kylien, jotka olivat joutuneet alueellisen väkivallan uhreiksi. Gandhi pyrki rakentamaan rauhaa ja mielenterveyttä käyttämällä apunaan vähentynyttä vaikutusvaltaansa ja moraalista auktoriteettiaan. Lokakuussa 1947 hän aloitti viimeisen poliittisen paastonsa, jossa uhkasi paastota kuolemaan saakka. Hän pyrki lopettamaan Kalkutan väkivaltaisuuksia ja pääsikin lopettamaan paaston jo neljän päivän kuluttua sen aloittamisesta, kun Kalkutan tilanne rauhoittui. Gandhin tiettävästi viimeinen poliittinen paasto tapahtui tammikuussa 1948. Se oli protesti muslimien kokemalle

---

<sup>247</sup> CWMG LXXVIII, 101–103 Arnold 2001, 219–220.

<sup>248</sup> Arnold 2001, 221–223.

<sup>249</sup> CWMG LXXXVI, 182–183, 458; Brown 1989, 375–376.

väkivallalle Delhissä, mutta sen sivujuonteena Gandhi kritisoi hallituksen ylimalkaista suhtautumista muslimien kärsimystä kohtaan ja sen haluttomuutta maksaa Pakistanille luvattua suurta rahasummaa.<sup>250</sup>

Gandhin avarakatseinen ja muslimiystävällinen politiikka ei kuitenkaan miellyttänyt kaikkia, varsinkaan uudistuksia ja suvaitsevaa uskontopolitiikkaa vastustavia hindunationalisteja. Mohandas Gandhi kuoli äärintationalistisen salamurhaajan luotiin tammikuussa 1948 78-vuotiaana.<sup>251</sup>

### 3.2.2. Mitä terveys merkitsi Gandhille?

Yhteiskunnallisten ja hengellisten motiivien lisäksi Gandhi harjoitti ravinnollisia kokeiluja ja paastosi ylläpitääkseen terveyttään.<sup>252</sup> Hänen sanojensa mukaan on ensin ymmärrettävä sana terveys, jos haluaa ymmärtää ihmisvartaloa. Gandhi kirjoitti, että terveys tarkoittaa vartalon rauhaa. Terveen ihmisen vartalo on sairauksista vapaa ja hän jaksaa elää ja toimia normaalisti väsymättä. Terve ihminen voi syödä tavallista yksinkertaista ruokaa ja hänen mielensä ja aistinsa ovat keskenään harmoniassa ja tasapainossa.<sup>253</sup> Ihmisen vartalo on kuin kone, maailmankaikkeus pienoiskoossa, ja onnellisesti toimiva ihmisvartalo on riippuvainen sen eri osien välisestä harmoniasta. Jos kaikki osat toimivat kunnolla, kone toimii hyvin. Jos yksikin osa on epäkunnossa, kone pysähtyy. Gandhi antoi esimerkin: jos ruoansulatus ei toimi, tulee koko vartalosta velto.<sup>254</sup>

Gandhi kysyi: "Mikä on ihmisvartalon tehtävä?". Hänen mukaansa ihmisen sielu oli osa Jumalan universaalia henkeä. Kun kaikki ihmisen toiminta perustui tähän tietoon ja ihminen toimi sitä unohtamatta, ihmisen vartalosta tuli temppele, jossa hengen kelpasi asua. Gandhi kirjoitti, että ihmisvartalo oli vain tomua, mutta kun se laitettiin toimimaan oikeassa tehtävässään, tuli ihmisen tärkeimmäksi vastuuksi pitää se puhtaana ja hyvässä kunnossa. Ihminen oli vartalonsa suojelija ja sen avulla hän palveli Jumalaa.<sup>255</sup> Gandhi myös esitti, että eläminen *brahmacharyan* mukaan selibaatissa oli hyvän terveyden ehdoton edellytys.<sup>256</sup>

Gandhi esitti, että ihmisen terveydentila riippui ihmisen mielentilasta. Sairaus oli tekojen lisäksi seurausta myös ajatuksista. Mielen pitäminen tiukassa kontrollissa auttoi kehoa

---

<sup>250</sup> CWMG LXXXVI, 78; Arnold 2001, 222–224; Brown 1989, 376–380.

<sup>251</sup> The Oxford Dictionary of World Religions 1997, 366.

<sup>252</sup> Esimerkki sairauden parantamisesta ruokavalion avulla ja paastosta yhteiskunnallisena vaikuttimena CWMG LXXXVI, 78. Esimerkki paaston hengellisyydestä CWMG Vol. LXXXIX, 234–235.

<sup>253</sup> Gandhi 1948, 13.

<sup>254</sup> Gandhi 1948, 13–14.

<sup>255</sup> Gandhi 1948, 14; CWMG XII, 164–165

<sup>256</sup> CWMG XII, 45–46

puhdistumaan sairauksista. Myös paastoaminen ja reipas liikunta ulkoilmassa auttoivat kehoa puhdistumaan kuona-aineista. Gandhi oli avoimen lääkevastainen ja uskoi luonnonmukaisiin parannuskeinoihin. Hänen mukaansa ihmisten tietämättömyys oli yksi sairauden pääsyistä: ihmiset eivät tunteneet kehonsa osia ja sitä miten ne toimivat tai sitä miten ajatukset vaikuttivat heihin.<sup>257</sup> Gandhi kirjoitti, että ihminen voi olla terve vain silloin, kun hänellä oli eheä mieli eheässä ruumiissa. Koska mieli ja keho olivat hyvin tiiviissä suhteessa toisiinsa, koko järjestelmä kärsi, jos toinen osista oli epäkunnossa. Puhdas luonne oli terveyden perusta, eikä huonoluonteinen ihminen voinut olla terve, koska hänen sairas mielensä saastutti hänen kehoaan.<sup>258</sup> Tässä kohdin voimme havaita yhtymäkohdan viktoriaanisen ajan Englannin kristillisten vegetaristien ajatteluun.

Gandhi uskoi, että pysyäkseen kunnossa ihmisvartalo tarvitsi puhtaan maaperän, puhdasta vettä, raikasta ilmaa, avointa tilaa ja kirkasta auringonvaloa. Käsitys perustui hindulaiseen uskomukseen siitä, että maailmankaikkeuden rakennusaineet olivat maa, vesi, taivas<sup>259</sup>, tuli ja ilma. Gandhi kirjoitti, että ihmisvartalo, savinen hahmo, oli tehty maailmankaikkeuden rakennusaineista, ja että se sairastui, jos jäi paitsi niistä. Ravinnokseen ihmisvartalo tarvitsi ilmaa, vettä ja ruokaa.<sup>260</sup> Gandhi vastusti alkoholin ja tupakan käyttöä.<sup>261</sup> Hän uskoi *Nature Cure* -hoitomenetelmään, jossa ihmiskehoa hoidettiin perustuen uskomukseen siitä, että keho rakentui edellämainituista elementeistä. Gandhi piti terveyttään yllä myös hydroterapialla, joka oli erilaisiin kylpyihin perustuva hoitomuoto.<sup>262</sup>

Gandhin kuoleman jälkeen *Navajivan Trust* julkaisi kokoelman Gandhin terveyttä käsitteleviä tekstejä, *Diet and Diet Reform* -teoksen (1949). Kokoelma sisälsi niin aihetta koskevaa kirjeenvaihtoa kuin Gandhin omia terveyttä koskevia kirjoituksia. Tekstejä tarkastellessa voi nähdä Gandhin pyrkimyksen parantaa intialaisten ravinnollista terveyttä. Hän esimerkiksi julkaisi uudelleen omilla kommentaillaan höystettynä *League of Nations Health Committee* -raportin päivittäisestä energian, rasvan, proteiinien, mineraalien ja vitamiinien vähimmästarpeesta.<sup>263</sup> Sama pyrkimys kansallisen terveyden kohentamiseen on nähtävissä tarkasteltaessa *Guide to Health* ja *Key to Health* -teoksia. Ne on molemmat kirjoitettu intialaiselle yleisölle ja niissä on havaittavissa kansallisen hyvän edistämisen aspekti. Ne pyrkivät ihmisen kehon ja mielen terveyteen ja muistuttivat myös ihmisen

---

<sup>257</sup> Gandhi 1906, 9–11; CWMG XI, 428–429, 434–435.

<sup>258</sup> Gandhi 1906, 13–14.

<sup>259</sup> *Key to Health* -teoksessa Gandhi käytti termiä eetteri.

<sup>260</sup> CWMG XI, 447, 453.

<sup>261</sup> CWMG XI, 479–482.

<sup>262</sup> Gandhi 1948. osa II.

<sup>263</sup> Alter 2000, 20–21.

velvollisuudesta palvella Jumalaa omalla ruumiillaan. Gandhin voi nähdä pyrkineen valjastamaan ruumiillisuuden hengellisyyden työkaluksi ja yksilön ruumiin puolestaan kansallisen edun saavuttamiseksi.

Gandhi kirjoitti terveydestä ja terveyttä edistävästä ruokavaliosta paljon *Harijan-* ja *Young India* -lehtiin. Hän kirjoitti intialaisille omien kokemustensa pohjalta ja kirjoitusten sävy oli paikoitellen ohjeistava. Lehtikirjoituksissa on löydettävissä runsaasti viitteitä siihen, että Gandhi pyrki parantamaan intialaisten terveyttä kansallisella tasolla. Hän antoi intialaisille ohjeita siitä, miten syödä terveellisesti mutta ekonomisesti, mitä ruoka-aineita välttää ja miten usein syödä.<sup>264</sup> Lehtikirjoitusten voi nähdä olleen Gandhin tärkein väylä tavoittaa ihmiset, kun kyse oli terveydestä.

### 3.2.3. *Key to Health* – opaskirja terveyteen

Yksi lähteistäni on *Key to Health* -teos. Gandhi kirjoitti sen vuosina 1942–1944, jolloin hän eli vankeudessa Aga Khan -palatsissa. Teos oli Gandhin omien sanojen mukaan päivitetty versio *Guide to Health* -teoksesta vuodelta 1906. Gandhi kirjoitti *Key to Healthin* esipuheessa, että *Guide to Healthin* käännökset olivat osoittautuneet erittäin suosituiksi ja siitä olikin tullut Gandhin suosituin kirjoitus *Key to Healthin* esipuheen kirjoittamiseen (27.8.1942) mennessä. Hänen ystävänsä olivat aiemmin kehottaneet häntä päivittämään *Guide to Healthin*, mutta hänellä ei ollut aikaa ennen vankeusajan pakotettua lepoa.<sup>265</sup>

*Key to Health* ei ole kopio *Guide to Healthista*, koska Gandhilla ei ollut vanhaa teosta mukanaan palatsissa, mutta hän kirjoitti: "Jotka ovat lukeneet alkuperäisen kirjan, huomaavat, että tämän päivän ja vuoden 1906 ideoideni välillä ei ole periaattellista eroa." Gandhi uskoi, että jokainen, joka noudatti kirjan ohjeita, löytäisi siitä itselleen avaimen terveyteen.<sup>266</sup> Useat viittaukset Intiaan ja Intian maatalouteen<sup>267</sup> osoittavat sen, että teos on osoitettu pääasiassa intialaiselle yleisölle.

*Key to Health* jakautuu kahteen osaan: I *Key to Health* (Avain terveyteen) ja II *Natural Therapeutics* (Luonnolliset hoidot). Ensimmäinen osa jakautuu vielä kymmeneen lukuun, jotka ovat vapaasti suomennettuina 1) Ihmisvartalo, 2) Ilma, 3) Vesi, 4) Ruoka, 5) Mausteet,

---

<sup>264</sup> Esimerkkejä: Gandhi 1949, *Diet and Diet Reform; General Knowledge About Health* -artikkelisarja vuodelta 1913 CWMG XI–XII.

<sup>265</sup> Gandhi 1948, 6.

<sup>266</sup> Gandhi 1948, 6.

<sup>267</sup> Esimerkiksi s.19 Gandhi kirjoittaa intialaisesta karjasta ja intialaisista viljoista ja s. 20 hedelmien saatavuudesta Intiassa.



6) Tee, kahvi ja kaakao, 7) Päihteet, 8) Oopium, 9) Tupakka, 10) *Brahmacharya*<sup>268</sup>. Toinen osa jakautuu puolestaan viiteen lukuun: 1) Maa, 2) Vesi, 3) Eetteri, 4) Aurinko, 5) Ilma.<sup>269</sup> Näistä luvuista keskityn erityisesti ensimmäisen osan ruokaa käsittelevään eli neljanteen lukuun ja sen lisäksi esittelen myös viidennen ja kuudennen luvun, sillä ne ovat olennaisimmat Gandhin vegetarismin perusteita tarkasteltaessa. Teoksen brahmacharyaa käsittelevä luku ei lähesty aihetta ravinnollisesta näkökulmasta, joten rajaan sen pois tutkimuksestani.

Gandhi kirjoitti: "Ruoka tulisi ottaa vastuutehtävänä – jopa käytettäessä lääkkeenä – vartalon ylläpitoon, ei koskaan makunautinnon tähden".<sup>270</sup> Ensimmäisen osion neljännen luvun näkökulmaksi on rivien välistä luettavissa ihmisen ruumiillisuus ja ruumiintarpeet. Se, mikä ravitsi ruumiin ja toi tasapainon, oli Gandhin mukaan tärkeää ruumiin hyvinvoinnin kannalta. Ruokavaliota tulisi säännöstellä ja ruuansulatuksen hyvinvointia edistääkseen ihmisen tulisi syödä vain se, mikä on tarpeen. Ruoka on ihmiselle polttoainetta ja sitä tulisi käyttää viisaasti.<sup>271</sup>

Luvun alussa Gandhi käsitteli ruoan jakamista kolmeen eri kategoriaan: kasvis-, liha- ja sekaruokavaliioon. Hänen mukaansa ajan lääketiede suositteli lähinnä sekaravintoa, mutta kasvavan lääketieteellisen koulukunnan mukaan ihminen olisi luonnostaan kasvissyöjä. Tämän osoittaisi todeksi ihmisen ruumiinrakenne: hampaat, vatsalaukku, sisäelimet ja muu fysiologia.<sup>272</sup> Tässä kohdin on havaittavissa vaikutus Anna Kingsfordin *A Perfect Way in Diet* -teoksesta, joka käsitteli kasvissyöntiä muun muassa ihmisen fysiologian ja anatomian näkökulmasta. Kingsford esittää, että ihminen muistuttaa anatomialtaan lähinnä apinaa, joka syö pääasiassa hedelmiä ja siemeniä. Ihmisen keksittyä tulen hän oli voinut siirtyä valmistamaan ruokaa sen avulla, jolloin kasvikset ja liha oli ollut mahdollista muokata ihmisen ruuansulatukselle sopiviksi.<sup>273</sup>

Gandhi pyrki omien sanojensa mukaan aina noudattamaan puhdasta kasvisruokavaliota, mutta oli kokemustensa johdosta oppinut, että pysyäkseen kunnossa hän joutui käyttämään maitoa ja maitotuotteita.<sup>274</sup> Gandhin mukaan maidon tai lihan nauttimisessa oli ehdottomasti epäkohtia. Lihaa saadakseen ihmisen oli tapettava, eikä ihmisen tulisi juoda muuta maitoa

---

<sup>268</sup> *Brahmacharya* merkitsi Gandhille nautinnoista pidättäytymistä ja kaikkien aistien hillitsemistä. Se oli Gandhille tie, jolla lähestyä Jumalaa. Se oli erityisesti seksuaalista pidättäytymistä, niin fyysisesti kuin ajatuksen tasolla. Gandhi 1948, 29; CWMG XII, 45–46.

<sup>269</sup> Gandhi 1948, Index

<sup>270</sup> Gandhi 1948, 21.

<sup>271</sup> Gandhi 1948, 18–22.

<sup>272</sup> Gandhi 1948, 18.

<sup>273</sup> Kingsford 1881, 14–15.

<sup>274</sup> Gandhi 1948, 18.

kuin äidinmaitoa varhaislapsuudessa. Moraalisten haittojen lisäksi oli myös terveydellisiä haittoja. Kotieläinkarja oli harvoin täydellisen tervettä ja eläimet saattoivat sairastaa erilaisia tauteja. Samasta aiheesta kirjoittaa myös Kingsford *A Perfect Way in Diet* -teoksessaan. Liha saattaa Kingsfordin mukaan olla vaarallista sen nauttijalle, jos se oli esimerkiksi pilaantunut loistautien, eläimen muiden sairauksien tai eläimen nauttimien myrkkyjen johdosta. Liha saattaa olla myös mädäntynyttä. Kingsford antaa teoksessaan esimerkkejä kuolemaan johtaneista pilaantuneen lihan syömistapauksista. Hänen mukaansa eläinten lihan syönti saattaa aiheuttaa kivuliaita, inhottavia ja kuolettavia sairauksia.<sup>275</sup>

Sekaravintoa Gandhi käsitteli *Key to Health*ssa proteiinien saannin näkökulmasta. Hänen mukaansa ihminen sai proteiineja maidosta, lihasta, kananmunista, palkokasveista ja pähkinöistä, joista eläinperäiset proteiinit ovat arvokkaampia kuin kasvipäriset proteiinit. Gandhi kirjoitti, että raakojen kananmunien sisältämät proteiinit olivat kaikista proteiineista helpoimmin sulavia. Hän esitti maidon olleen lihaa tärkeämpi proteiinien lähde ja myös lihaa helpommin nautittava, ja totesikin, että maito ruokavalion ainoana eläinkunnan tuotteena oli erittäin tärkeä osa ravintoa. Gandhi kuitenkin ymmärsi, että kaikilla ei ollut varaa maitoon, eikä sitä ollut saatavilla kaikkialla.<sup>276</sup> Käsiteltäessä ihmisen ruokavaliota proteiinien näkökulmasta on havaittavissa sekä yhtäläisyyksiä että eroavaisuuksia Anna Kingsfordin väittämiin. Kun Gandhi esitti, että eläinperäisestä ravinnosta saatavat proteiinit olivat kasvipärisestä ravinnosta saatavia parempia, Kingsford esitti, että ihminen sai enemmän proteiineja kasvipärisestä ruokavaliosta kuin eläinperäisestä. Liharuokavaliosta saatavia rasvoja pystyi Kingsfordin mukaan korvaamaan siementen ja pähkinöiden öljyllä. Yhtäläisyys Gandhin proteiinitulkintaan on löydettävissä siinä, kun Kingsford esitti, että jos kasvisruokavalioon liitti vielä lisäksi maitotuotteet, oli ihmisen saatavilla kaikki tämän tarvitsevat ravintoaineet.<sup>277</sup> Kingsford totesi näin maitotuotteiden tuoman hyödyn kasvissyöjille, vaikka ei Gandhin lailla pitänyt sitä proteiineista tärkeimpänä.

Gandhin mielestä maidon jälkeen toiseksi tärkein ravintoaine oli viljat, joista hän mainitsi vehnän, riisin, juwarin ja bahrin. Hänen mukaansa viljoja käytettiin peruselintarvikkeina. Viljoista kirjoittaessaan Gandhi toi esiin ruoansulatuksen tärkeyden. Hän esitti, että viljoja ei tarvinnut sekoittaa aterialla, sillä yksi viljalaji per ateria oli riittävä ruumiin ravitsemiseksi. Koska ruoansulatus saattoi rasittaa eri viljatyypin sekoittamisesta, oli parempi pysytellä yhdellä aterialla yhdessä lajikkeessa. Gandhi kirjoitti seikkaperäisesti

---

<sup>275</sup> Kingsford 1881, 71–76.

<sup>276</sup> Gandhi 1948, 19.

<sup>277</sup> Kingsford 1881, 50.

viljojen oikeasta käsittelystä, josta näkyy huolellinen tutustuminen aiheeseen. Hän mainitsi tekstissään myös pureskelun tärkeyden ruoansulatuksen kannalta ja esitti, että suurin osa ihmisistä ei pureskellut ruokaansa tarpeeksi.<sup>278</sup>

Viljojen jälkeen tärkeysjärjestyksessä tuli seuraavaksi Gandhin mukaan palkokasvit, joista hän mainitsi pavut ja linssit. Gandhi kirjoitti, että raskaan ruumiillisen työn tekijät, joilla ei ole varaa maitoon, eivät pärjänneet ilman palkokasveja. Hän ei kuitenkaan suositellut palkokasveja ihmisille, joilla oli varaa maitoon, koska ne olivat vaikeasti sulavia. Seuraavaksi tärkeimpiä ruoka-aineita olivat Gandhin mukaan vihannekset ja hedelmät, joiden hän kirjoitti olevan liian kalliita ja etenkin hedelmien olevan vain rikkaiden herkkua. Gandhi esitti, että ihmisten tulisi saada nauttia vihanneksia ja hedelmiä päivittäin.<sup>279</sup>

Rasvoja ihmisen tulisi saada öljyn tai ghee-rasvan muodossa. Gandhi kirjoitti, että jos ghee-rasvaa oli saatavilla, ei öljyä enää erikseen tarvittu, koska se suli vaikeasti eikä ollut yhtä ravintorikasta kuin ghee. Sokeria ihmisen tulisi Gandhin mukaan kuluttaa vain pieninä annoksina ja hän kritisoikin kaupunkilaisten tapaa syödä paljon makeaa. Gandhi esitti, että maassa, jossa miljoonat ihmiset jäivät paitsi tavallisesta täyttävästä ateriasta, oli suoranainen ryöstö kuluttaa makeita herkkuja.<sup>280</sup>

Gandhi esitti, että ihminen tarvitsi päivittäin 900g lehmänmaitoa, viljoja 170g, lehdellisiä vihanneksia 85g, muita vihanneksia 142g, ghee-rasvaa 28g tai voita 57g, raakasokeria (gur) tai valkoista sokeria 28g. Hänen mukaansa ihmisen tulisi syödä kolme kertaa päivässä: aamiaisen, päivällisen ja illallisen. Gandhi kritisoi kaupunkilaisten tapaa napostella, koska ruoansulatusjärjestelmä vaati myös lepoa. Napostelu oli hänen mukaansa haitallista.<sup>281</sup> Vuosikymmeniä aiemmin hän oli tosin kirjoittanut *Indian Opinion* -lehdessä, että aikuisen ihmisen ei tulisi syödä päivässä kahta kertaa enempää.<sup>282</sup>

Gandhi arvosteli ihmisten ruokatottumuksia esittämällä, että ihmiset söivät väärin: "Väärien tapojemme ja keinotekoisien elämäntapamme johdosta hyvin harva ihminen tietää mitä heidän elimistönsä vaatii". Tämä oli Gandhin mukaan lapsesta asti opittua, koska lasten vanhemmat eivät kehittäneet itsekuria, vaan antoivat lapsilleen erilaisia herkkuja. Gandhi esitti, että ihmisten tulisi syödä vain ruumiintoimintojen ylläpitämiseksi eikä makunautintojen tähden. Kun ihminen söi oikein, nautinnon tunne saavutettiin silloin, kun oikea nälkä oli tyydytetty. Lasten äidit kasvattivat lapset syömään väärin ja pinttyneet tavat oli hankala

---

<sup>278</sup> Gandhi 1948, 20.

<sup>279</sup> Gandhi 1948, 20–21.

<sup>280</sup> Gandhi 1948, 21.

<sup>281</sup> Gandhi 1948, 22.

<sup>282</sup> CWMG XII, 6–7.

karistaa. Gandhin mukaan vain harva onnistui pääseemään huonoista syömistavoista eroon, mutta kun ihminen huomasi olevansa itse vastuussa omasta vartalostaan ja hänen vartalonsa oli omistettu (uskonnolliseen) palvelukseen, hän pyrki huolehtimaan itsestään ja noudattamaan lakeja, joilla pitää vartalonsa kunnossa.<sup>283</sup> Anna Kingsford ei ottanut kantaa siihen, minkä tähden, kuinka paljon tai kuinka usein ihmisten tulisi syödä, vaikka antoi *Perfect Way in Diet* -teoksessa tarkan kuvauksen erilaisten ruoka-aineiden ravintoainepitoisuuksista.<sup>284</sup> Gandhin kritiikin ihmisten ruokatottumuksia kohtaan voi nähdä nousseen hänen käsityksestään siitä, mikä oli ihmisen ruumiillinen rooli maailmassa: palvella Jumalaa oman kehonsa kautta. Oikein syöminen piti yllä ruumiin terveyttä ja samalla edisti itsekuria, jotka olivat molemmat olennainen osa palvelustyötä.

*Key to Health* -teoksen ensimmäisen osion viidennessä luvussa Gandhi käsitteli mausteita. Hän esitti, että ihminen tarvitsi pieniä määriä suolaa, mutta mausteet eivät olleet tarpeellisia ihmisen ruumiintoimintojen ja terveyden ylläpitoon. Hän kirjoitti, että ihmiset, joiden ruoansulatus oli heikko, voivat käyttää mausteita ajoittain lääkinnällisesti. Gandhi kuitenkin painotti, että mausteita ei tulisi käyttää makunautintojen saavuttamiseksi.<sup>285</sup> Taustalla voi nähdä ajatuksen siitä, että mausteet voivat tehdä ruoasta houkuttelevampia ja ajaa kiusaukseen ja siten pois Gandhin suuresti arvostamasta itsekurista.

Ensimmäisen osion kuudennessa luvussa Gandhi käsitteli teetä, kahvia ja kaakaota. Jo ensimmäisessä lauseessa hän kirjoitti, että vartalo ei tarvinnut mitään näistä aineista. Gandhin mukaan yleisesti käytetty tee oli vaarallista ihmiselle, sillä se sisälsi tanniinia. Hän esitti, että teen sisältämät tanniinit heikensivät ruoansulatusta ja aiheuttivat ruoansulatushäiriöitä. Ainoa käytännöllinen asia, minkä Gandhi teessä näki, oli sen käyttö lämpimänä ja makeana juomana, joka sisälsi ravinnollisesti arvokasta maitoa. Hän ei myöskään kannattanut kahvin tai kaakaon nauttimista. Gandhin mukaan ihminen, jonka ruoansulatus toimi normaalisti, ei tarvinnut teen, kahvin tai kaakaon apua: "Terve ihminen saa kaiken tarvitsemansa tyydytyksen tavallisesta ruoasta". Hän kirjoitti myös omista kokemuksistaan kertoen, että oli jättänyt kaikki kolme ainetta ruokavaliostaan. Gandhi esitti sairastelleensa käyttäessään näitä aineita ja lopetettuaan hän koki, ettei ollut menettänyt mitään, vaan itse asiassa hyötyi lopettamisesta hyvin paljon. Kahvin tai teen korvikkeeksi Gandhi suositteli kuumaa vettä, joka oli maustettu hunajalla ja sitruunalla.<sup>286</sup>

---

<sup>283</sup> Gandhi 1948, 21–22.

<sup>284</sup> Kingsford 1881, 48–49.

<sup>285</sup> Gandhi 1948, 23.

<sup>286</sup> Gandhi 1948, 24.

*Key to Health* ei ole kasvissyönnin manifesti, vaan ennemminkin terveiden elintapojen ohjekirja. Ensimmäisen osion neljännessä luvussa Gandhi esitti kasvisruokavalion ihmisvartalolle luontaisimmaksi ja sen ylläpitämiseen riittäväksi ruokavalioksi. Hän kirjoitti ravintoaineista, joita ihmisen kannatti syödä, ruoansulatukselle suotuisista ruokamääristä ja ruokatottumuksista, jotka olivat parhaat ihmisvartalon terveyden ylläpitoon. *Key to Health* -teos on kirjoitettu ihmisen ruumiillisuuden näkökulmasta, mutta Gandhi ei unohtanut kirjoittaessaan moraalista aspektia.<sup>287</sup> Myös uskonnollinen näkökulma tulee esiin Gandhin sanoissa:

Ihminen tuli maailmaan maksaakseen sille velkansa, toisin sanoen palvella Jumalaa ja Hänen luomakuntaansa (tai Jumalaa luomakunnan kautta). Pitäessään tämän näkökulman mielessään ihminen toimii vartalonsa suojelijana. Sen ylläpidosta tulee hänelle vastuuasia, niin että vartalo voi toteuttaa ihanteellista palvelusta parhaimmalla mahdollisella tavallaan.<sup>288</sup>

*Key to Health* -teoksessa ei näy suoria viitteitä siihen, että Gandhin lähihistorian tapahtumat olisivat vaikuttaneet sen sisältöön. Hän kertoi syyksi teoksen kirjoittamiselle ystäviensä toiveen vanhan *Guide to Health* -teoksen päivittämisestä. Gandhin vankeusaikaa tarkasteltaessa on kuitenkin mahdollista havaita myös muita syitä, jotka ovat voineet vaikuttaa terveyttä koskevan teoksen kirjoittamiseen.

Gandhi vietti Aga Khanin palatsissa kaksi vuotta. Näiden vuosien aikana Gandhi menetti itselleen kaksi läheistä ihmistä: ensin pitkäaikaisen sihteerinsä ja ystävänsä Mahadev Desain elokuussa 1942 ja myöhemmin vaimonsa Kasturban helmikuussa 1944. Myös Gandhin oma terveys oli vankeusaikana huono ja hänet vapautettiinkin palatsista lopulta sen takia.<sup>289</sup> Vankeus Aga Khanin palatsissa ei ollut fyysisesti raskasta, mutta Gandhi kärsi noina vuosina sisäisesti paljon. *Quit India* -liikkeen ja brittihallinnon yhteenotoista aiheutuneet väkivaltaisuudet raastoivat häntä ja alkuvuodesta 1943 hän pyrki tasapainoittamaan sisäistä elämäänsä ja osoittamaan syyttömyytensä väkivaltaisuuksiin kolmen viikon paastolla. Paasto osoittautui kuitenkin liian raskaaksi Gandhille, jonka terveys romahti ja hänen jopa pelättiin menevän koomaan. Gandhin toipuminen oli hidasta ja ennen vapautumistaan hän sairastui vielä malariaan.<sup>290</sup>

Terveys, sairaus ja kuolema olivat tekijöitä, jotka olivat voimakkaasti läsnä Gandhin vankeusaikana. On mahdollista, että vankeusajan tapahtumilla on ollut vaikutusta *Key to Healthin* synnylle. Vaikuttaa myös siltä, että teos on kirjoitettu hetkenä, jolloin Gandhi pystyi keskittymään muuhunkin kuin aktiiviseen politiikkaan. Gandhi halusi antaa teoksellaan

---

<sup>287</sup> Gandhi 1948, 8, 12–19.

<sup>288</sup> Gandhi 1948, 14.

<sup>289</sup> Arnold 2001, 213.

<sup>290</sup> Brown 1989, 341–343.

intialaisille avaimet terveyteen ja teoksen voi nähdä osana Gandhin yhteiskunnallista uudistamista – haaveena uskonnollisesta, terveestä ja moraalisesti eheästä kansasta, joka palvelisi Jumalaa omien kehojensa kautta. Ruumiillisuus vaikuttaa olleen lähes pakkomielle Gandhille ja *Key to Health* -teos on lähde, joka tukee tätä ajatusta. Gandhin utopiassa ihminen palveli Jumalaa kehonsa kautta ja yhteiskunta oli kurinalainen ja terve. Kehollisuus oli sekä uhka että mahdollisuus Gandhille, mutta olennaista oli, että se oli pidettävä kurissa.

Terveyden edistäminen oli asia, joka näkyi voimakkaasti viktoriaanisen Englannin vaihtoehtoisissa liikkeissä. Haaveen ihmisten henkilökohtaisen ja yhteiskunnallisen terveyden edistämisestä voi havaita siirtyneen Englannista myös Gandhille. Hän toi aatteen mukanaan ensin Etelä-Afrikkaan ja lopulta Intiaan, jossa se kypsyi yhteiskunnalliseksi projektiksi. Jopa radikaali hyvän terveyden ja fyysisen puritanismin tavoittelu oli tyypillistä viktoriaanisen ajan ihmisille, mutta Gandhin harjoittama kurinalaisuus, johon hän aktiivisesti kehotti myös lukijoitaan, oli ennemminkin perua hänen kokeiluistaan *brahmacharyan* kanssa. Hän oli itse kokenut kurinalaisuuden hyödyt ja halusi uskoa itsehillinnän luonnetta kasvattavaan voimaan niin yksilön kuin yhteiskunnan tasolla.

### **3.3. Usko oikean sanoman levittämiseen**

#### **3.3.1. Uskonto kaiken taustalla – Gandhin uniikki uskonto**

Koska tekemäni tutkimus osoittaa sen, että uskonto oli tärkein motiivi Gandhin vegetarismissa, kokonaisvaltainen ymmärrys Gandhin moniulotteisesta kasvissyönnistä vaatii tarkempaa paneutumista hänen henkilökohtaisen uskonnollisuutensa syntyyn.

Gandhin hindulaisuus poikkesi Intian perinteisestä hindulaisuudesta, tutkija David Arnold esittää teoksessaan *Gandhi*. Gandhi ei ollut kiinnostunut Intian hindulaisuuden ulkoisista käytänteistä ja ilmentymistä, kuten pyhiinvaelluksista, rituaaleista tai alttareista. Gandhi kuitenkin käytti näitä elementtejä metaforina ja symboleina. Esimerkkeinä mainittakoon suolamarssi pyhiinvaelluksena ja vankilaselli temppelinä. Arnoldin mukaan hindulaisuuden mytologia, jota Gandhi käytti ilmaisussaan paljon, toimi kärsimyksen ja luopumisen allegorioina. Tiedyt mytologiset hahmot taas edustivat Gandhin hyväksymiä omistautumisen, väkivallattomuuden ja uhrautumisen ihanteita.<sup>291</sup> Gandhin omien sanojen mukaan uskonto oli hänelle ennen kaikkea itsensä oivaltamista tai tietoisuutta itsestä.<sup>292</sup>

---

<sup>291</sup> Arnold 2001, 165.

<sup>292</sup> Gandhi 2008, 28.

Arnold esittää, että Gandhin uskonto oli ikään kuin symbioosi. Gandhin kotialueen Kathiawarin jainalaisuus ja hindulaisuus kohtasivat hänen Lontoon ja Etelä-Afrikan vuosinaan kristinuskon ja teosofian ja Gandhi kehitti näistä elementeistä oman uniikin ymmärryksensä hindulaisuuden käsitteistä ja pyhistä teksteistä, kuten *Bhagavadgitasta*. Gandhi tutustui myös islamiin lukien Koraania, mutta otti siitä vain vähän elementtejä omaan uskoonsa. Hänen sitoutumisensa hindulaisuuteen syveni hänen vuosinaan Etelä-Afrikassa, mikä ilmenee hänen ilmaisuistaan ja hänen käyttämästään terminologiasta. Gandhi alkoi viljellä sanskritin termejä ja käsitteitä ilmaistessaan poliittista ja moraalista filosofiaansa. Samalla hän muodosti länsimaisesta politiikasta ja uskonnosta poikkeavan uuden sanaston, joka ilmensi hänen orastavaa ideologiaansa ja kulki mukana hänen ilmaisussaan tästä lähtien. Esimerkkeinä annettakoon *ahimsa* (väkivallattomuus), *brahmacharya* (selibaatti), *tapasya* (henkilökohtainen kärsimys), *moksha* (pelastus) ja *dharma* (velvollisuus, oikea toiminta). *Dharma* oli Gandhille hindulaisuuden syvin olemus.<sup>293</sup>

Esitän, että myös Gandhin vegetarismi oli, aivan kuten hänen uskonnollisuutensakin, sekoitus itää ja länttä. Kuten tämän tutkimuksen aiemmissa kappaleissa on tuotu esiin, Gandhi poimi lännestä ajatukset vegetarismin eettisestä pohjasta ja sen yhteiskunnallisuudesta sekä idästä uskonnolliset vaikutteet: väkivallattomuuden periaatteen ja *brahmacharyan*. Gandhin vegetarismi kulki käsi kädessä hänen uskonnollisuutensa kanssa. Vegetarismi oli olennainen osa Gandhin uskontoa. Se oli Gandhin uskonnon ilmentymä ja velvollisuus.

Gandhin oma uskonto muodosti hänelle pohjan jokapäiväiselle elämälle. Se muokkasi hänen jokaista uskomustaan ja tekoaan. Hindulaisuus oli Gandhille moraaliin pohjautuva ja lähes teistinen uskonto. Hän uskoi, että "totuus" oli synonyymi Jumalalle, eikä muita jumalia ollut. Gandhi pyrki kiivaasti löytämään totuuden, joka oli olennainen osa hänen hindulaisuuttaan.<sup>294</sup> Gandhin mukaan hänen totuuden löytämistä tukevat tutkimuksensa olivat hengellisiä ja etenkin moraalisia, sillä hänen mielestään uskonnon ydin oli moraali.<sup>295</sup> Erilaiset ravintokokeilut tukivat Gandhia tässä totuuden etsinnässä. Kääntyminen *brahmachariksi* 1906 merkitsi Gandhille pyrkimystä tavoittaa *brahman*, maailmansielu, ja ravinnon yksinkertaistaminen oli hänelle olennainen osa *brahmacharyan* harjoittamista.<sup>296</sup>

---

<sup>293</sup> Gandhi 1927, 139-140; Arnold 2001, 166.

<sup>294</sup> Gandhi 1927, ix; Arnold 2001, 166-167

<sup>295</sup> Gandhi 1927, viii.

<sup>296</sup> Gandhi 1927, 182-183.

Toinen tärkeä tekijä, joka auttoi Gandhia *brahmacharyan* harjoittamisessa oli paasto.<sup>297</sup> Paasto oli hänelle myös hengellinen katumusharjoitus ja tapa rukoilla.<sup>298</sup>

Gandhin hengellinen ohjaaja oli Raychandbhai, uskonnollinen jainalainen korujentekijä ja runoilija, jonka Gandhi tapasi Lontoossa 1891. Etelä-Afrikan vuosinaan Gandhi piti yllä kirjeenvaihtoa Raychandbhain kanssa, joka ohjasi ja auttoi Gandhia niin uskonnollisissa kuin moraalisissa kysymyksissä. Gandhin omien sanojen mukaan oli Raychandbhain ansiota, että hän aloitti elämän *brahmacharina*.<sup>299</sup>

David Arnoldin mukaan hindulaisuuden termistö oli Gandhin tapa puhua Intialle, mutta kristinuskon käsitteet taas keino puhua länsimaille. Gandhi oli muodostanut suhteen kristinuskoon Etelä-Afrikan vuosinaan. Hän oli tuolloin tutustunut kristillisiin saarnaajiin ja kristilliseen kirjallisuuteen. Vuorisaarnan hengellisyys vetosi Gandhiin, kuten myös Leo Tolstoin *The Kingdom of God is Within You* -teos. Gandhi ei kuitenkaan hyväksynyt kristinuskoa kritiikittä. Hän kirjoitti, että pystyi hyväksymään Jeesuksen marttyyrina, uhrautumisen ruumiillistumana ja jumalaisena opettajana, mutta ei täydellisenä ihmisenä. Gandhin mukaan hindut ohittivat kristityt, mitä tuli uhrautumiseen ja pyhyyteen, eikä hän siten voinut pitää kristinuskoa täydellisenä uskontona.<sup>300</sup> Hänelle oli kuitenkin mahdollista lainata kristillisiä uskomuksia ja käytänteitä ja siten luoda luova synteesi uskontojen välille. Gandhi oli lukenut Raamattua ja piti sitä yhtenä pyhistä teksteistä.<sup>301</sup> Vuonna 1986 hän kirjoitti *Natal Mercury* -lehteen kirjoituksen, jossa esitteli lehden lukijoille kristillisen kasvissyönnin edustajia ja heidän käsityksiään kristillisestä kasvissyönnistä.<sup>302</sup>

Gandhi ilmaisi syntyneensä hinduna ja kuolevansa hinduna. Hän esitti, että jos häntä odotti pelastus, oli sen oltava hinduna. Gandhin mukaan hindulaisuus imi muista uskonnoista parhaat piirteet ja siinä oli varaa näiden piirteiden laajentamiseen. Gandhi pystyi kuitenkin tunnustamaan kristinuskon maailmanuskonnoksi ja brittiläisen imperiumin uskonnoksi ja täten laajemmaksi ja vaikutusvaltaisemmaksi kuin mitä hindulaisuus tuohon aikaan oli. Kristinuskon oli Gandhille myös yksi vaikuttavimmista keinoista käydä rakentavaa dialogia länsimaiden johtavien hahmojen kanssa.<sup>303</sup>

---

<sup>297</sup> Gandhi 1927, 295.

<sup>298</sup> Gandhi 1927, 306; CWMG XVII, 110.

<sup>299</sup> Gandhi 1927, 75–77, 120, 179; Arnold 2001, 32.

<sup>300</sup> Gandhi 1927, 119; Arnold 2001, 167.

<sup>301</sup> CWMG XIII, 220; Arnold 2001, 167–168.

<sup>302</sup> CWMG I, 292–295.

<sup>303</sup> Arnold 2001, 168–169.



Gandhi kirjoitti, että uskonto oli perimmäinen syy kaikessa hänen toiminnassaan ja ajattelussaan.<sup>304</sup> Gandhin koko tuotantoa tarkasteltaessa on helppoa päätyä samaan johtopäätökseen: väkivallattomuuden periaate eli vahvana niin Gandhin henkilökohtaisessa kuin julkisessa elämässä. *Ahimsan* toteuttaminen oli tie kohti totuuden löytämistä ja *mokshaa*, joka oli Gandhin elämän tärkein tavoite.<sup>305</sup> Tiedämme Gandhin opiskelleen hindulaista pyhää tekstiä, *Bhagavadgita*a ahkerasti ja hän piti teosta olennaisena osana totuuden etsinnässään.<sup>306</sup> *Bhagavadgitan* tarkastelu auttaa ymmärtämään Gandhin hengellisyyttä ja hänen kasvisyöntiä koskevaa tutkimustaan. Miksi Gandhi osoitti koko elämänsä ajan äärimmäistä kiinnostusta ravinnollisiin kokeiluihin? Esitän, että syyt hänen dieteettisiin tutkimuksiin kumpuavat ahkerasta *Bhagavadgitan* lukemisesta ja sen synnyttämästä halusta löytää totuus ja kohdata Jumala.

*Bhagavadgita*a voidaan lukea sekä historiankirjoituksena että allegorisessa merkityksessä. Sen sanoma voidaan jakaa moneen osaan: elämän tarkoitus<sup>307</sup>, oman identiteetin kriisi<sup>308</sup>, kysymys itsestä olentona<sup>309</sup>, ihmisen sielu<sup>310</sup>, hengellinen etsintä<sup>311</sup>, erilaiset polut eri luonnetyypeille<sup>312</sup>, työ ilman kiintymystä<sup>313</sup>, epäitseäs työ mielen puhdistajana<sup>314</sup>, työ jumalanpalveluksena<sup>315</sup>, tiedon tie<sup>316</sup>, egon häkkiin sulkeminen<sup>317</sup>, ihmisen heikkouden anatomia<sup>318</sup>, äly mielen yläpuolella<sup>319</sup>, tie tiedosta viisauteen<sup>320</sup>, tie viisaudesta rauhaan<sup>321</sup>, vapautumiseen johtavien teiden vertailu<sup>322</sup>, meditaation tie<sup>323</sup>, meditaatioon valmistautuminen<sup>324</sup>, meditaatio metodina<sup>325</sup>, omistautumisen tie<sup>326</sup>, rakkaus ja

---

<sup>304</sup> Gandhi 1927, viii.

<sup>305</sup> Gandhi 1927, viii, 242.

<sup>306</sup> Gandhi 1927, 59–60, 232–233, 296–297; Arnold 2001, 166

<sup>307</sup> BG II:66.

<sup>308</sup> BG IV:242.

<sup>309</sup> BG XV:7.

<sup>310</sup> BG II:2, 13.

<sup>311</sup> BG II:16–17.

<sup>312</sup> BG XIII:24–25.

<sup>313</sup> BG II:47; BG III:25.

<sup>314</sup> BG II:48; BG XII:13.

<sup>315</sup> BG XVIII:46.

<sup>316</sup> BG XVIII:20, 37.

<sup>317</sup> BG XVI:12–16.

<sup>318</sup> BG II:62–63.

<sup>319</sup> BG II:58–59.

<sup>320</sup> BG II:56.

<sup>321</sup> BG II:64, 70.

<sup>322</sup> BG V:1, 4.

<sup>323</sup> BG V:28.

<sup>324</sup> BG VI:12.

<sup>325</sup> BG VI:18–19, 21–22.

<sup>326</sup> BG VIII:22; BG IX:31; BG IX:34.

omistautuminen<sup>327</sup>, teiden yhdentyminen<sup>328</sup>, Mayan voima<sup>329</sup>, esteiden ylittäminen<sup>330</sup>, luopuminen itsestä ja jumalainen armo<sup>331</sup> ja päämäärään saapuminen<sup>332, 333</sup> *Bhagavadgitan* sanomista Gandhin uskonnollisuudessa korostui etenkin hengellinen etsintä ja oman identiteetin kriisi. Kuten Gandhi esitti, hänen pyrkimyksenään oli löytää vapautuminen ja Jumala. Etsinnässään Gandhi toteutti useita metodeja, joista hänen vegetarismin filosofiansa kannalta olennaisimmat olivat *ahimsan* ylläpitäminen ja *brahmacharyan* harjoittaminen. Ne olivat Gandhin kasvissyönnin kulmakiviä. Hän omistautui molemmille periaatteille täysin ja koki, että ne molemmat olivat aktiivista jumalanpalvelusta.

*Bhagavadgita* ottaa kantaa myös ihmisen ravintoon. Sen mukaan ihminen on tehty uskosta, ja ihmiset voidaan jakaa kolmeen eri lajiin, jotka ovat *sattvic*, *rajasic* ja *tamasic*. Samoin on myös kolme ruokatyyppeä. *Sattvic*-ruoka on terveyttä, voimaa ja hyveellisyyttä ylläpitävää. Se on ruoansulatukselle helppoa ja maukasta. *Rajasic*-ruoka aiheuttaa kipua ja sairautta ja on maultaan hapanta, suolaista tai karvasta. *Tamasic*-ruoka taas on mautonta, pilaantunutta tai mätää.<sup>334</sup> Gandhin kiinnostus ruoan ruumiillisiin ja hengellisiin vaikutuksiin ei ollut siis Intian uskonnollisessa kentässä mitään uutta. Jo hänelle tärkeä *Bhagavadgita* käsitteli aihetta ja Gandhi jatkoi toiminnallaan pyhän tekstin perinnettä. Terveyttä ja hyveellisyyttä ylläpitävän ravinnon löytäminen oli Gandhille tärkeää, koska se edisti hänen totuuden löytämistään. Tämän lisäksi se palveli laajemmalla skaalalla: yhteiskunnan apuna ja uudistajana.

### 3.3.2. Gandhi ja vegetarismin gospel

Gandhin Intian-vuosien kasvissyöntiä luonnehti vegetarismin uskonnollisen aspektin syventyminen, *brahmacharyalle* omistautuminen, pyrkimys yhteiskunnan uudistamiseen ravinnon avulla ja vegetaristisen elämäntavan levittäminen. Kaikista näistä teemoista Gandhi kirjoitti lehtiartikkeleita *Young India*-, *Navajivan* ja *Harijan*-lehtiin, yleisönään pääasiallisesti Intian kansalaiset. Kasvissyönti oli Gandhille elämäntapa ja ilosanoma – sen avulla hän toteutti henkilökohtaista uskonnollista elämäänsä ja pyrki samalla kehittämään yhteiskuntaa ja

---

<sup>327</sup> BG IX:26.

<sup>328</sup> BG X:10–11.

<sup>329</sup> BG VII:14.

<sup>330</sup> BG XVIII:58, 66.

<sup>331</sup> BG XVIII:62.

<sup>332</sup> BG XVIII:65.

<sup>333</sup> Smith 2009, x–xviii.

<sup>334</sup> BG XVII:1–10.

Intian väestön oloja. Vegetarismi oli Gandhin avain onneen monella eri tasolla.<sup>335</sup>

Gandhin julkiset kirjoitukset kasvissyönnistä olivat selkeästi yhteydessä hänen uskonnolliseen ajatteluunsa ja hänen henkilökohtaisen *brahmacharyansa* syventymiseen. Kun Gandhi syventyi uskonnolliseen pohdintaan, myös hänen kasvissyöntinsä värittyi uskonnollisista piirteistä ja hän käytti enemmän aikaa erilaisiin ravinnollisiin kokeiluihin. Hyviä esimerkkejä tästä ovat muun muassa maitotuotteiden jättäminen ruokavalioista halujen hillitsemiseksi vuonna 1912 ja jo aiemmin mainittu *ahimsan* uskonvahvistus ja sen jälkeinen etiikan korostaminen *The Moral Basis of Vegetarianism* -puheessa vuodelta 1931.<sup>336</sup>

Samankaltainen malli voidaan havaita myös Gandhin yhteiskunnallisen vegetarismin kehityksessä. Tarkastellessa *Diet and Diet Reform* -artikkelikokoelmaa voidaan tehdä se huomio, että Intiaan paluun jälkeisillä vuosikymmenillä Gandhi otti paljon kantaa intialaisten ravintoon ja sen laadun parantamiseen.<sup>337</sup> Kyseisinä vuosikymmeninä Gandhi keskittyi brittihallinnon aktiiviseen haastamiseen niin sanotusti ruohonjuuritasolta: Gandhin tehokkain ase oli Intian väestö, jonka hän sai mukaansa toteuttamaan passiivista vastarintaa.<sup>338</sup>

Samainen Intian väestö oli Gandhin tärkein yleisö ja se oli myös Gandhin uudistamisinnon kohteena. Gandhi kirjoitti omaelämäkerrassaan, että siirryttyään *Young India* ja *Navajivan* -lehtien päätoimittajaksi 1920-luvun taitteessa, nämä lehdet olivat hänelle tärkeitä vaikuttamisen välineitä *satyagrahan*, väkivallattoman kansalaistottelemattomuuden, edistämisessä.<sup>339</sup> Näistä kahdesta Gandhi käytti pääasiallisesti *Young India* -lehteä ravintoa koskevien kirjoitusten levittämiseen *Harijan*-lehden ohella. Artikkelit paljastavat Gandhin pyrkimyksen löytää koko väestölle sopiva taloudellinen kasvisruokavalio. Gandhin tuotantoa tarkasteltaessa huomion arvoista on se, että kasvissyönnistä ja ihmisten ja eläinten välisestä suhteesta kirjoittaessaan ja puhuessaan Gandhi käytti usein me-muotoa vedotessaan maallikoihin tai kanssavegetaristeihin.<sup>340</sup> Vuonna 1925 Gandhi kirjoitti *Young India* -lehteen vastustamastaan vivisektiosta, josta käy ilmi hänen kantansa ihmisten ja eläinten väliseen tasa-arvoiseen suhteeseen:

Meidän herruutemme luomakunnan alempia kohtaan ei tule olla siksi, että tappaisimme heitä, vaan heidän ja meidän molempien eduksi. Sillä olen varma, että heille on suotu sielu, aivan kuten minullekin.<sup>341</sup>

<sup>335</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan; Gandhi 1927, 286.

<sup>336</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan; Gandhi 1927, 293–294; Gandhi 1931, 13–16.

<sup>337</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan.

<sup>338</sup> Arnold 2001, 233–234.

<sup>339</sup> Gandhi 1927, 427–428.

<sup>340</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan.

<sup>341</sup> CWMG XXIX, 326.

Perustellessaan jotain dieteettista seikkaa Gandhi käytti usein apuna omia ruokavaliokokeilujaan ja niiden pohjalta tekemiään havaintoja:

Olen aina ollut puhtaan kasvisruokavalion kannalla. Mutta kokemus on opettanut minulle sen, että pysyäkseen täydellisessä kunnossa kasvisruokavalion tulee sisältää maitoa ja maitotuotteita, kuten hapanmaitotuotteita, voita, gheetä ja niin edelleen.<sup>342</sup>

Vegetarismien sanansaattaja -kappaleessa käsiteltiin Gandhin Englannin ja Etelä-Afrikan vuosien kasvissyöntiä. Kun Gandhi Englannissa asuessaan löysi eettisen ja yhteiskunnallisen kasvissyönnin Henry Saltin kirjan avulla, hän koki tehtäväkseen jakaa tietoa kasvissyönnistä ja levittää elämäntapaa ja ruokavaliota käännästyttäen ihmisiä.<sup>343</sup> *Autobiographyssa* Gandhi kirjoitti, että hänen uskonnollisuutensa herättyä 1900-luvun alussa hän koki kasvissyönnin mission entistä tärkeämmäksi.<sup>344</sup> Gandhin Intian vuosien kasvissyönnin levittäminen oli luonteeltaan erilaista. Hän ei enää tuntunut uskovan väkijoukkojen käännästyttämiseen, vaan pikemminkin pyrki todistamaan yleisölleen käytännön esimerkkien, moraalien ja uskonnollisen teorian avulla, että kasvissyönti olisi sekä yksittäiselle ihmiselle että yhteiskunnalle tarpeen:

Mitä haluan tuoda tietoonne on se, että kasvissyöjien tulee olla suvaitsevaisia, jos he haluavat toisten kääntyvän vegetaristeiksi. Omaksua vähän nöyryyttä. Meidän tulisi vedota moraalisesti ihmisiin, jotka eivät ole samaa mieltä kanssamme.<sup>345</sup>

Gandhi kirjoitti, että oli aina tuntenut vain kaksi lähetystyön muotoa: henkilökohtaisen esimerkin voimalla tehtävä ja tiedonetsijöiden kanssa käytävän keskustelun avulla tehtävä lähetystyö.<sup>346</sup> Gandhin mukaan hindujen ei tullut pyrkiä aktiiviseen käännästyttämiseen, vaan tehdä usko todeksi osoittamalla *ahimsan* voiman:

Heidän täytyy luottaa suuren prinssiin (*ahimsan*) voimaan heidän omissa elämässään ja sen tulosten viehätysvoimaan muualla maailmassa. He eivät tule käännästyttämään jälkimmäisiä (lihansyöjiä) väkisin. Sen he todella voivat *ahimsan* voiman avulla. Me harvoin ymmärrämme *ahimsan* voimaa, jolla ei ole vertaista, kun se laitetaan huolella työskentelmään aktiivisesti.<sup>347</sup>

Hindut pystyivät Gandhin mukaan todistamaan lihaa syöväälle maailmalle oikean elämäntavan uskonnollisen elämän kautta: "Hindut tulevat tuomaan muslimit ja muun maailman yhteen oman ajattelutapansa kanssa elämällä *ahimsan* uskontoa todeksi niin täysivaltaisesti kuin mahdollista."<sup>348</sup>

Aga Khanin palatsissa vankeusaikana (1942–1944) kirjoitetussa *Key to Healthissä* Gandhi ohjeisti lukijoitaan terveellisen elämän polulle.<sup>349</sup> Gandhi kirjoitti:

---

<sup>342</sup> Gandhi 1948, 12.

<sup>343</sup> Gandhi 1927, 43.

<sup>344</sup> Gandhi 1927, 235.

<sup>345</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan; Gandhi 1931, 14.

<sup>346</sup> Gandhi 1927, 235.

<sup>347</sup> CWMG XXXII, 28.

<sup>348</sup> CWMG XXXII, 27.

<sup>349</sup> Gandhi 1948, 8, 18.

Kuka tahansa, joka noudattaa tässä kirjassa mainittuja terveyssääntöjä, tulee ymmärtämään, että hänellä on niissä todellinen avain porttiin, joka johdattaa hänet terveyteen. Hänen ei tarvitse koputella lääkäreiden oviin päivittäin.<sup>350</sup>

Vegetarismi oli Gandhille elämäntapa, jolla hän eli todeksi uskontoaan toteuttaessaan *ahimsaa* aktiivisesti jokapäiväisessä elämässään. Gandhin Intian-vuosina kasvissyönti sai myös voimakkaamman yhteiskunnallisen sävyn, kun hän pyrki muuttamaan maata. Kasvissyönnin sanoman levittämisen motiivina oli näinä poliittisen vaikuttamisen vuosina myös ajatus intialaisten elinolojen uudistamisesta ja terveyden kohentamisesta ruokavalion avulla – ruokavalioreformi.<sup>351</sup>

### 3.3.3. Kasvissyönnin ekonomisuus ja ruokavalioreformi

Ekonominen elämäntapa oli asia, joka seurasi Gandhia koko hänen elämänsä<sup>352</sup>. *Collected Works of Mahatma Gandhi* -teossarjaa tarkasteltaessa voidaan havaita, kuinka hän kirjasi tarkkaan ylös erilaisten tuotteiden aiheuttamia kustannuksia, vertaili hintoja ja etsi aktiivisesti ekonomisinta tapaa elää ja säästää rahaa.<sup>353</sup> Tämä ekonomisuus ulottui myös ravintoon. Gandhi vertaili aktiivisesti erilaisten ruokien hintoja ja pyrki, etenkin myöhemmin elämänsä aikana, ohjeistamaan ihmisiä ravintorikkaaseen, mutta edulliseen ravintoon.<sup>354</sup> Myös Gandhin ruokavaliokokeiluihin kuului ajoittain ekonominen aspekti: elinkulujen karsiminen ja rahan säästäminen. Englannissa opiskellessaan hän aloitti dieteettiset tutkimuksensa löydettyään vakaumuksellisen kasvissyönnin ja samoihin aikoihin hän päätti puolittaa kulunsa.<sup>355</sup> *Brahmacharyan* aloittamisen (1906) ja sen tuomien ruokavaliouudistusten jälkeen Gandhi pyrki yksinkertaistamaan elämäntapaansa jälleen vähentäen taloudellisia menojaan.<sup>356</sup> *Autobiographya* tarkasteltaessa vaikuttaa siltä, että dieteettisten tutkimusten tuoma itsekuri ulottui myös Gandhin talouteen. Ravinnon tiukka säätely aiheutti myös pyrkimyksen talouden rajoittamiseen.

*Guide to London*, jonka Gandhi kirjoitti Etelä-Afrikassa vuosina 1893–1894, ilmensi osittain Henry Saltin ekonominen kasvissyönnin henkeä. Opas Lontooseen on kirjoitettu kohteenaan henkilöt, jotka tulisivat viettämään Lontoossa pidemmän ajan. Kirjoituksessa Gandhi esitteli, mitä ihminen tarvitsi Lontoossa ja kuinka paljon mihinkin meni rahaa. Gandhi

---

<sup>350</sup> Gandhi 1948, 4.

<sup>351</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan.

<sup>352</sup> Gandhi 1927, 47.

<sup>353</sup> Oiva esimerkki tästä on Gandhin kirjoittama *Guide to London* CWMG I, 66–120.

<sup>354</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan.

<sup>355</sup> Gandhi 1927, 47–49.

<sup>356</sup> Gandhi 1927, 182–187.

pyrki antamaan lukijoilleen mahdollisimman ekonomisia vaihtoehtoja olipa kyseessä asuminen, vaatteet tai ravinto. Kirjoituksessa on havaittavissa myös ohjeistava ja paikoin moralistinen sävy; Gandhi tapasi jo tuohon aikaan neuvoa, mikä oli oikein ja mikä väärin, mikä kiellettyä ja mikä hyvien tapojen vastaista.<sup>357</sup>

Henry S. Salt oli esittänyt *A Plea for Vegetarianism and Other Essays* -teoksessaan, että kasvisruokavalio oli liharuokavaliota edullisempi vaihtoehto ja takasi samanlaisen yleiskunnon kuin lihapitoinen ruokavaliokin. Saltin mukaan oli yhteiskunnallisesti ekonomisempaa ja järkevämpää, jos englantilainen kansa siirtyisi lihaperäisestä ruokavaliosta kasvipäraseen.<sup>358</sup> *Guide to London* puolestaan oli ekonomisesti painottunut kirjoitus Gandhilta, mutta ei niinkään yhteiskunnallisesti kantaaottava. Se syleili Saltin ajatusta vegetarismista edullisena, ihmiselle luontaisena ja terveellisenä ruokavaliona ja painotti vegetarismien ekonomista aspektia. Gandhi kirjoitti sen vuosina 1893–1894, jolloin hänen yhteiskunnallinen ajattelunsa oli heräämässä eikä ajatus ruokavalioreformista ollut vielä läsnä tässä kyseisessä tekstissä. Vuonna 1896 kirjoitetussa kirjeessä Gandhi ilmaisi kiinnostuksensa ruokareformiin<sup>359</sup>, mutta aktiivinen ravinnolliseen uudistukseen pyrkivä toiminta on havaittavissa hänellä vasta myöhemmin. Taloudellisen kasvissyönnin yhteiskunnallinen aspekti tulee voimakkaammin esiin Gandhin myöhemmissä kirjoituksissa, joskaan sen sävy ei ollut koskaan sosialistinen.<sup>360</sup>

Myöhemmin, vuonna 1929, kun Gandhi oli toiminut yhteiskunnallisena ja poliittisena vaikuttajana jo vuosien ajan, oli hänen teksteissään selkeästi havaittavissa ajatus kansallisesta ruokavalioreformista. Hän aloitti kesäkuussa 1929 *Young India* -lehteen artikkelisarjan, joka käsitteli raakaravintoa. Gandhi kertoi artikkelissa, mitä ravintokokeilu sisälsi ja kuinka se vaikutti häneen eri tavoin. Hän ylisti uutta kokeiluaan ja halusi jakaa tulokset lukijoidensa kanssa:

Julkaisen tämän kokeen faktat, koska pidän sitä erittäin tärkeässä arvossa. Jos se onnistuu, se mahdollistaa vakavasti otettavien miesten ja naisten vallankumoukselliset muutokset elämäntavoissa. Se vapauttaa naiset raatamisesta, joka ei tuo onnea, vaan sairautta mukanaan. Valmistamattoman ruoan eettinen arvo on huikea. Ekonomisesti tällä ruoalla on mahdollisuuksia, joita millään valmistetulla ruoalla ei voi olla. Siten tavoittelen kaikkien uudistetusta dietetiikasta kiinnostuneiden lääketieteen miesten ja maallikkojen myötämielistä apua.<sup>361</sup>

Gandhi jatkoi kokeilua hyvän tovin ja sai siinä myös seuraajia. Heinäkuussa 1929 julkaistussa lehdessä Gandhi kirjoitti:

---

<sup>357</sup> Yleiskatsaus *Guide to London* -kirjoitukseen CWMG I, 66–120.

<sup>358</sup> Yleiskatsaus Henry Saltin teokseen *A Plea for Vegetarianism and Other Essays*.

<sup>359</sup> CWMG I, 292.

<sup>360</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -kokoelmaan.

<sup>361</sup> Gandhi 1949, 21.

Minulle sillä (ruokavaliolla) ei ole pelkästään terveydellistä merkitystä, vaan myös ekonomista ja moraalista tai hengellistä. Se on hyvin merkittävä kansallisille työntekijöille, jotka joutuvat työskentelemään eri puolilla maata ja usein vaikeissa olosuhteissa. Tämä ruoka voittaa kaikki vaikeudet, jotka nousevat erilaisten provinssien erilaisista ruoista.<sup>362</sup>

Lainauksen viimeisellä lauseella oletan Gandhin viittaneen erilaisten kulttuurialueiden erilaisten ruokien yhteensovittamisen vaikeuteen, josta hän kirjoitti *Harijan*-lehdessä tammikuussa 1934.<sup>363</sup>

Gandhin raakaravintokokeilu koki takapakkia elokuussa 1929 ja hän joutui terveydellisistä syistä jättämään sen kesken. Epäonnesta kertoessaan hän kirjoitti myös positiivisesta uskostaan täydelliseen ruokavalioon:

Totuuden etsijänä uskon, että on tarpeen löytää ruokavalio, joka pitää ruumiin, mielen ja sielun hyvässä kunnossa. Minä uskon, että se voi onnistua vain ruoalla, jota ei ole valmistettu tulella, ja että rajattomassa kasvien valtakunnassa on olemassa tehokas korvaaja maidolle, jonka jokainen lääketieteen mies myöntää omaavan haittoja. Se ei ole luotu ihmistä varten, vaan alempien eläinten jälkikasvulle. Minkään hinnan ei tulisi olla minulle liian kallis etsinnässäni, joka on mielestäni hyvin tärkeä monesta eri näkökulmasta.<sup>364</sup>

Gandhi pyrki aktiivisesti parantamaan kansan terveyttä ja elintapoja ja kansallinen terveys oli Gandhille tärkeää. Vaikka henkilökohtaisen kasvissyönnin tärkein elementti oli Gandhille sen uskonnollisuus, oli yhteiskunnallisen kasvissyönnin tärkein tekijä terveys.<sup>365</sup> Vuonna 1935 hän kirjoitti *Harijan*-lehteen:

Koska kylien taloudellinen uudelleenjärjestäminen on aloitettu ruokavalioreformilla, on tarpeen löytää yksinkertaisimmat ja edullisimmat ruoat, jotka auttavat kyläläisiä saamaan takaisin menetetyt terveytensä.<sup>366</sup>

*Diet and Diet Reform* -kokoelma sisältää Gandhin lehtiartikkeleita, joiden kantava teema oli kysymys siitä, miten intialainen ihminen voisi saada mahdollisimman ravintorikasta ruokaa mahdollisimman edullisesti. Gandhi pyrki löytämään ruokavalion, joka olisi mahdollisimman ekonomisen, terveydellinen ja eettinen, ja jota voisi soveltaa maanlaajuisesti. Lähtökohtanaan hänellä oli teoria siitä, että ruokavalio olisi vegetaristinen, sillä se oli ainoa ruokavalio, joka täyttäisi kyseiset vaatimukset. Ruokavalion etsinnässä hänen tukenaan olivat ruokakokeilut, joista juuri edellä mainittu raakaravintokokeilu oli erinomainen esimerkki tavasta, jolla Gandhi testasi erilaisia dieteettisiä teorioita löytääkseen joukosta parhaimman.<sup>367</sup>

Anna Kingsford oli kirjoittanut *The Perfect Way in Diet* -teoksessaan kasvisruokavalion ekonomisista hyödyistä kasvavan väestön ruokapulana näkökulmasta. Kingsford esitti, että jos

---

<sup>362</sup> Gandhi 1949, 22.

<sup>363</sup> Gandhi 1949, 35.

<sup>364</sup> Gandhi 1949, 33.

<sup>365</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -artikkelikokoelmaan.

<sup>366</sup> Gandhi 1949, 68.

<sup>367</sup> Yleiskatsaus *Diet and Diet Reform* -artikkelikokoelmaan.

lihakarjan kasvatukseen käytetty maa käytettäisiinkin kasvien viljelemiseen, muutoksella ruokittaisiin kaksinkertainen määrä ihmisiä edelliseen verrattuna. Hän myös kirjoitti, että kasvisruoka oli liharuokaa edullisempaa.<sup>368</sup> Gandhi ei viitannut kirjoituksissaan Kingsfordin taloudelliseen näkemykseen, joka oli idealtaan muutenkin hieman Gandhin ruokareformin ideologiasta poikkeava. Lihansyönti ei ollut Intiassa yhtä runsasta kuin Englannissa, joten Gandhin ei tarvinnut tehdä vastaavanlaista vertailua. Toisaalta Gandhi mainitsi *Guide to London* -kirjoituksessaan, että vegetarismi tuli edullisemmaksi kuin lihansyönti<sup>369</sup>.

Henry S. Salt kirjoitti *A Plea for Vegetarianism and Other Essays* -teoksessaan, että kasvisyönti oli vastaus yhteiskunnan köyhyyteen, sillä sen edullisuus mahdollistaisi halvan ja monipuolisen ravinnon kaikille, jolloin ihmisten yleinen hyvinvointi lisääntyisi. Salt pyrki ruokavalioreformiin, joka samalla uudistaisi yhteiskuntaa niin ekonomisesti, eettisesti kuin terveydellisesti.<sup>370</sup> Yhteiskunnan uudistaminen ravinnon avulla eli kantavana ajatuksena myös Gandhin kasvisyöntiä koskevissa kirjoituksissa. Intian väestö, etenkin köyhä maalaisväestö, ei Gandhin mukaan saanut tarpeeksi hyvälaatuaista ravintoa ja sen terveys kärsi siitä. Gandhi etsi ruokavaliota, joka parantaisi intialaisten terveyttä, olisi taloudellinen ja moraalisesti oikeamielinen sekä olisi uskonnollisesti perusteltu. Hän pyrki kansan moraalisesta ja terveydelliseen reformiin sekä ihmisten elämäntason parantamiseen.<sup>371</sup>

Tutkimuksen perusteella voidaan todeta, että Gandhin ruokavalioreformi ei ollut kuten Henry S. Saltin sosialistinen uudistushanke, jonka päämääränä oli uudistaa yhteiskunnan rakenteita ja poistaa köyhien ja rikkaiden välillä ollut kuilu. Gandhin ruokavaliouudistus oli perusteiltaan eettinen, terveydellinen, ekonominen ja uskonnollinen. Nämä lähtökohdat eivät olleet Gandhille koskaan erillisiä tekijöitä, vaan ne olivat sidoksissa toisiinsa ja toimivat aktiivisesti harmoniassa. Kasvisyönti oli Gandhille se vastaus, jossa kaikki nämä perusteet täyttyivät, joten se oli Gandhille myös kaikista käytännöllisin vaihtoehto. Saltin ja Gandhin tekstejä vertaillen voidaan tehdä myös se huomio, että Saltin ruokavalioreformi oli kokonaisuudessaan utopistisempi kuin Gandhin. Salt pyrki pureutumaan yhteiskunnan rakentaviin tekijöihin, kuten lainsäädäntöön, kun Gandhin ruokavaliouudistus ei pyrkinyt yhtä syvällisiin yhteiskunnallisiin muutoksiin.

Sekä Salt että Gandhi kuuluivat syntyperiltään ajan yhteiskunnan ylempiin yhteiskuntaluokkiin. He lähestyivät yhteiskunnan uudistamista erilaisesta näkökulmasta kuin ne köyhät, joiden elämänlaatuun miehet halusivat vaikuttaa. Sekä Saltille että Gandhille

---

<sup>368</sup> Kingsford 1881, 93–104.

<sup>369</sup> CWMG I, 92–93.

<sup>370</sup> Salt 1886.



vegetarismi oli omakohtainen valinta. Alempien yhteiskuntaluokkien edustajille samankaltaiset valinnat ravinnon suhteen eivät olleet välttämättä mahdollisia. Gandhi tosin *brahmacharina* pyrki elämässään maallisista iloista kieltäytymiseen ja materian vähyyteen, mutta tämäkin oli hänen oma valintansa. On hankalaa arvioida, kuinka realistisia Saltin ja Gandhin ruokareformit tavoitteineen lopulta olivat. Yksi syy tähän oli molempien miesten välimatka ja tietämättömyys tavallisen kansan arjesta. Tutkimuksen perusteella voidaan esittää, että Gandhin pyrkimyksenä oli muuttaa Intian väestön ravintoa, moraalialia, terveyttä ja uskonnollista käyttäytymistä ilman todenperäistä käsitystä siitä, millaista elämää väestö oikeasti eli.

Salt pyrki aktiivisesti osoittamaan, miksi kasvissyönti oli tärkeämpää kuin lihansyönti. Gandhi taas kirjoitti intialaisille, joista valtaosa oli jo vegetaristeja, joten hänen ei tarvinnut verrata ruokavalioita toisiinsa. Saltin tuotannosta kuultaa läpi vegetarismin aktiivinen puolustus, joka Gandhilta uupuu. Saltin ja Gandhin ruokavalioreformeja verratessa on tehtävä myös se huomio, että ne oli suunnattu erilaisiin yhteiskuntiin, kulttuureihin ja väestöihin. Saltin Englanti kamppaili teollistumisen tuomien yhteiskunnallisten haasteiden kanssa ja Gandhin köyhä Intia pyrki Ison-Britannian vallan alta pois. Salt pyrki vastaamaan oman yhteiskuntansa köyhyyteen ja ruokapulaan humanitaarisella ja sosialistisella otteella, kun Gandhin tavoitteena oli pureutua ruokavalioreformin avulla oman yhteiskuntansa moraalisiin, ekonomisiin ja terveydellisiin haasteisiin. Miesten ruokareformien tavoitteet olivat perimmäisiltä sävyiltään erilaiset.

## 4. Tutkimustulokset

Mohandas Gandhin kasvissyönnin filosofia oli monisyinen symbioosi eri vaikutteista. Filosofian taustalla vaikutti intialainen kasvissyönti ja etenkin jainalaisuudesta omaksuttu käsitys *ahimsasta*, väkivallattomuudesta hyvän tekemisen ja Jumalan lähestymisen välineenä. Kasvissyönti oli Gandhille ensisijaisesti tapa palvella Jumalaa, mutta uskonnollisuuden ohella tärkeässä asemassa olivat myös moraalialia, terveys ja ekonomia.

Kun Gandhi luki Henry S. Saltin *A Plea for Vegetarianism* -pamfletin asuessaan Englannissa, hän ymmärsi, että kasvissyönnillä oli myös moniulotteinen yhteiskunnallinen ulottuvuus. Oltuaan aiemmin kasvissyöjä lähinnä perheensä taustan takia hän tuolloin käsitti, että kasvissyönnissä nivoutuu yhteen monta eri aspektia. Häneen vaikuttivat huomattavasti myös Howard Williamsin *The Ethics of Diet* -kirja ja Anna Kingsfordin *The Perfect Way in*

---

<sup>371</sup> Gandhi 1948; Gandhi 1949.

*Diet* -teos. Howard Williamsilta voi Gandhin nähdä omaksuneen erityisesti ajatuksen ihmisen ja yhteiskunnan moraalisesta kehityksestä. Anna Kingsfordilla taas oli suuri vaikutus Gandhin käsitykseen kasvisyönnistä ihmiselle luonnollisena ruokavaliona. Kingsford käsitteli teoksessaan ruoka-aineiden ravinnollisia arvoja, mikä oli myös Gandhin tuotannossa toistuva piirre: ravinnon laadun tarkkailu oli yksi Gandhin dieteettisten kirjoitusten tärkeimpiä aiheita. Gandhi jakoi Kingsfordin ajatuksen alkoholin sopimattomuudesta ihmiselle ja väittämän siitä, että liharuokavalio teki ihmisestä pedon kaltaisen. Myös Henry S. Salt uskoi liharavinnon raaistavan ihmistä.

Viktoriaanisen Englannin kasvisyöjistä suurin vaikutus oli Henry S. Saltilla, sillä hän toimi katalyyttinä Gandhin kasvisyönnin filosofian kehitykselle. Hän sysäsi nuoren Gandhin kyseenalaistamaan aiempia käsityksiään ja kehittämään omia ideoita. Saltin aiheuttaman heräämisen myötä Gandhi päätyi lopulta muodostamaan monimutkaisen kasvisyönnin filosofian, jossa yhdisti niin englantilaista ajattelua kuin intialaista uskonnollisuutta.

Henry S. Saltin merkitys Gandhille tulee ilmi etenkin Gandhin uskosta vegetarismiin yhteiskuntaa muokkaavana tekijänä. Saltin mukaan kasvisyönnillä pystyi muuttamaan yhteiskuntaa niin ekonomisesti, moraalisesti kuin terveydellisesti ja Gandhi jakoi tämän ajattelun Saltin kanssa lisäten siihen uskonnollisuuden aspektin. Intian vuosina, jolloin Gandhi oli aktiivisesti mukana maan politiikassa, hän toteutti poliittisen toiminnan ohella pyrkimystään kansalliseen ruokareformiin kirjoittaen ravinnosta artikkeleita lehtiin kannustaen ihmisiä järkevään ja ekonomiseen syömiseen. Gandhi uskoi, että oikeanlainen kasvisruokavalio toisi intialaisille terveyttä, parantaisi niin henkilökohtaista kuin sosiaalista moraalialia sekä toimisi samalla aktiivisena jumalanpalveluksena. Henry S. Saltin ajatusta sosialistisesta valtiosta Gandhi ei jakanut, vaikka halusikin vaikuttaa Intian taloudelliseen tilanteeseen.

Gandhin ajatus kasvisyönnistä yhteiskuntaa uudistavana liikkeenä on selkeästi perua englantilaisesta aatteellisesta vegetarismista. Englannista lähdettyään Gandhi oli vakuuttunut kasvisyönnin levittämisen tärkeydestä, mutta vuosien vieressä ja uskonnollisen heräämisen jälkeen kasvisyönnin levittämisen sivuutti moraalisesti ja uskonnollisesti oikeutetun ruokavalion levittäminen. Gandhille tämä toki tarkoitti samalla myös kasvisruokavaliota, olihan moraalisesti ja uskonnollisesti ainoa oikea ruokavalio väkivallaton. Gandhin mukaan oli ihmisen uskonnollinen velvollisuus elää *ahimsan* mukaan ja siten pitäytyä kasvisruokavaliossa.

Kasvisyönni oli Gandhille myös keino päästä lähemmäs *mokshaa*, mikä oli hänen elämänsä tavoite: totuuden ja Jumalan löytäminen. Gandhille *ahimsan* toteuttaminen niin

ajatuksin, sanoin kuin teoin oli työkalu tällä polulla. Intialainen uskonnollisuus vaikutti perustavanlaatuisena tekijänä Gandhin vegetarismien filosofian taustalla. Hän esitti olevansa vakaumuksellinen hindu, joskin Gandhin hindulaisuus oli perinteisestä hindulaisuudesta poikkeavaa. Hän oli muokannut uskonnosta itselleen ainutlaatuisen version yhdistämällä siihen myös vaikutteita lännestä. Esimerkiksi Jeesuksen Vuorisaarna oli Gandhille tärkeä. Uskonto oli Gandhille myös väylä keskustella intialaisten kanssa ja hän käyttikin puheessaan paljon uskonnollista terminologiaa.

Gandhi oli suuri moraalien ystävä ja hänen moraalin rakentui uskonnollisen ajattelun pohjalle. Hän esitti, että ihmisellä oli moraalinen velvollisuus (*dharma*) eettisesti oikeisiin tekoihin, sillä vain se voi muuttaa maailmaa. Eettisesti oikeat teot itsessään muokkaavat maailmaa parempaan suuntaan, mutta myös ihmisen omat moraaliset valinnat vievät ihmistä itseä kohti parempaa ihmisyyttä ja siten kohti parempaa univeraalia ihmisyyttä. Moraalisesti oikeilla teoilla pystytään vaikuttamaan niin ruohonjuuritasolla kuin suuremmalla skaalalla. Vegetarismi oli Gandhille moraalinen valinta ja hän uskoi, että sen tulisi olla sellainen myös muille. Gandhin mukaan vain moraalinen perustelu kasvissyönnille takaa vakaumuksellisen kasvissyönnin ja siten valinnan pysyvyyden. Gandhi esitti, että *ahimsan* mukainen toiminta oli ihmisen velvollisuus. Täten kasvissyönti oli myös moraalinen velvollisuus ihmiselle.

Gandhin elämää värittivät Englannissa alkaneet lukuisat ruokakokeilut ja -tutkimukset, jotka seurasivat häntä aina hänen kuolemaansa saakka 1948. Näiden vuosien välille mahtui paljon ravinnollisia kokeiluja, kasvisruokavaliota koskevaan kirjallisuuteen perehtymistä, vegetaristisiin yhteisöihin tutustumista ja omia kannanottoja kasvissyönnin puolesta. Voisi kenties jopa esittää, että hänen koko elämänsä oli yhtä ravintotieteellistä tutkimusta. Englannin vuosinaan Gandhi aloitti kokeilut ruoan kanssa ylläpitääkseen terveyttään, mutta Etelä-Afrikan vuosinaan hän koki uskonnollisen heräämisen ja uskonnosta tuli hänelle tärkein syy ravinnollisiin kokeiluihin. Gandhi löysi tuolloin Intian uskonnollisessa kentässä tavattavan *brahmacharyan*, maallisista nautinnoista pidättäytymisen, ja pyrki löytämään itselleen ruokavalion, jolla saisi pidettyä erilaisia halujaan kurissa. Gandhi oli koko elämänsä äärimmäisen kiinnostunut dieteettisistä tutkimuksista ja hän pyrki löytämään ruokavalion, joka olisi niin moraalisesti, uskonnollisesti ja terveydellisesti oikeutettu ja hyväksi todettu. Hän uskoi, että ruoalla oli vaikutus mieleen ja sieluun ja matkaan kohti *moksha*a. Yhdistäessään ruokaan hengellisen merkityksen hän liittyi *Bhagavadgitan* aikaiseen hindulaiseen perinteeseen, joka antoi ruoalle uskonnollisen arvon.

Gandhin toteuttama itsekuri ja ruumiin ja mielen puhdistamisen avulla muistuttavat läheisesti kristillistä askeesia. Gandhi ei kuitenkaan ollut kristitty, vaan palveli hindulaisuuden

maailmansielu *brahmania* jainalaisuuden *ahimsa*-periaatteen kautta. Gandhi uskoi elämän varjeluun ja sen kunnioittamiseen, mikä näkyi hänen ravintofilosofiansa lisäksi myös hänen yhteiskunnallisessa ja poliittisessa toiminnassaan, jossa toistui usein väkivallattoman vastarinnan periaate. Itsekurin korostaminen ajattelussa ja toiminnassa oli myös perua jainalaisuudesta. Tämä itsekurin harjoittaminen tuli Gandhilla esiin *brahmacharyana*, johon myös suuri osa hänen ravintokokeiluistaan perustui. Siinä voi nähdä myös viitteitä viktoriaanisen Englannin puritanismiin ja puhtauden tavoitteluun jopa radikaalein keinoin, mutta Gandhin tärkein motiivi itsekurille oli silti hindulainen *brahmacharya*.

Yksi olennainen tekijä Gandhin uskonnollisessa kasvissyönnissä oli paastoaminen. Gandhi paastosi terveydellisistä ja uskonnollisista syistä, mutta ajan kuluessa paastoamisesta muodostui hänelle myös voimakas poliittisen vaikuttamisen väline. Gandhi paastosi väkivaltaisuuksien lopettamiseksi, yhteisymmärryksen saavuttamiseksi, protestiksi ja katumusharjoituksena. Uskonnollisessa merkityksessään paastoaminen oli keino ylläpitää terveyttä, joka oli yksi jumalanpalveluksen muoto. Paastoaminen puhdisti mieltä ja ruumista ja toimi Gandhin mukaan myös itsessään hengellisenä palveluksena ja rukouksena. Gandhi oli valmis paastoamaan jopa kuolemaan saakka, koska uskoi kärsimyksen ja uhrautumisen kuuluvan uskonnolliseen harjoitukseen.

Terveys tarkoitti Gandhille sekä ruumiin että mielen hyvinvointia. Hyvinvoinnin ylläpitäminen oli Gandhin mukaan ihmisen vastuutehtävä, koska ihmisen keho oli Jumalan palvelemisen väline. Itsekurin avulla ihmisen tuli pyrkiä pois saastuttavista ajatuksista ja teoista. Vain sekä mieleltään että ruumiiltaan täysin puhdas saattoi olla täysin terve. Ja kun ihminen oli täysin terve, oli tämän keho ideaalitilassa palvelukseen. Ravinnolla oli tärkeä rooli terveyden ylläpidossa. Tarkka ja säännöstelty ruokavalio yhdistettynä luonnollisiin hoitomuotoihin toisi ihmisen keholle tasapainon, mutta vain jos ihmisen mieli oli puhdas. Gandhin mukaan moraalisesti saastunut ihminen ei voinut olla terve, koska aito terveys vaati vankkumattoman moraalin. Oikea moraalinen ajattelu ja toiminta edesauttoi sekä terveyden että mielen puhtauden ylläpitoa. Esimerkiksi kasvissyönti oli moraalisesti oikein, joten se sekä ylläpiti ihmisen moraalia että edesauttoi tämän terveyttä. Lisäksi kasvissyönti auttoi yksilöä kehittymään ihmisenä ja lähestymään Jumalaa. Kasvissyönti oli siis aktiivista jumalanpalvelusta. Tämän lisäksi sillä oli myös ekonominen etunsa, koska se oli Gandhin mukaan lihaa edullisempi ruoka-aine.

Gandhi kannusti ihmisiä kasvissyöntiin elämänsä aikana eri tavoin. Englannissa ja Etelä-Afrikassa asuessaan hän uskoi käännättämiseen perustellen etenkin vegetarismien terveydellisiä hyötyjä. Hän kirjoitti englantilaiseen *The Vegetarian* -lehteen artikkeleita, kävi

vegetarismia käsittelevää kirjeenvaihtoa ja pyrki käännättämään ihmisiä kasvatusten keskustelujen avulla. Intiaan siirryttyään hänen Etelä-Afrikassa kokemansa uskonnollinen herääminen syveni entisestään ja hän alkoi kiinnittää yhä enemmän huomiota vegetarismin uskonnolliseen ja moraaliseen hyötyyn, niin yksilöllisellä kuin yhteisöllisellä tasolla. Vuonna 1931 Gandhi piti puheen *The Moral Basis of Vegetarianism*, jonka kantavana ajatuksena oli ihmisen moraalinen vastuu kasvissyöntiin. Puhe edustaa hyvin Gandhin näkemystä siitä, että oli ihmisen moraalinen velvollisuus elää väkivallatonta elämää, johon kuului myös väkivallaton ruokavalio. Puhe oli osoitettu englantilaiselle vegetaristiselle yleisölle, mikä ilmeni myös Gandhin retoriikassa: Gandhi ei puheessaan käsitellyt uskontoa tai *ahimsaa*, kuten teki intialaiselle yleisölle puhuessaan tai kirjoittaessaan. Puheessa esiintyvä eettinen korostus oli mahdollisesti perua Gandhin *ahimsa*-uskon vahvistumisesta, joka juontui hänen vankeusaikansa harjoittamastaan uskonnollisesta kontemplaatiosta.

Gandhi kirjoitti intialaisiin *Young Indian*, *Navajivan* ja *Harijan* -lehtiin lukuisia artikkeleita, joissa pyrki löytämään ihmisiä parhaiten palvelevan ruokavalion. Hänen Etelä-Afrikassa kirjoittamansa *Guide to Health* korosti jo ruokavalion uskonnollisia hyötyjä ja Intiassa hän päivitti sen *Key to Health* -versioon, jossa ajatukset täsmentyivät ja *brahmacharya* sai enemmän tilaa. *Key to Health*issä korostuu Gandhin ajatus terveyden ylläpidosta uskonnollisena harjoituksena. Se syntyi vankeusaikana, jolloin Gandhi menetti läheisiään ja kärsi huonosta terveydestä.

Gandhilla oli erilaisia yleisöjä ja hän lähestyi niitä erilaisin ottein. Kirjoittaessaan tai puhuessaan kasvissyönnistä intialaisille Gandhi käsitteli runsaasti *ahimsaa*, moraalia, terveyttä ja *brahmacharyaa*. Englantilaista yleisöä lähestyessään Gandhin painotus oli terveydellinen ja moraalinen. Nämä erilaiset painotukset juontuivat kasvissyönnin erilaisesta asemasta kyseisissä maissa. Englannissa vegetarismi oli vaihtoehtoinen ruokavalio, jonka sanoma oli pääasiassa moraalia ja yhteiskuntaa uudistava. Intiassa kasvissyönnillä oli jo pitkä historia ja se oli aktiivinen osa kulttuuria. Gandhi toi englantilaisen kasvissyönnin uudistusmielen intialaiseen yhteiskuntaan ja pyrki rakentamaan uutta vanhaa perinnettä muokaten.

Gandhi uskoi ihmisen ja yhteiskunnan kehitykseen, mutta ei haaveillut tulevaisuuden täydellisestä maailmasta, kuten osa brittiläisistä vaikuttajistaan. Myöhäisviktorianisen utopianismin voi nähdä kuitenkin heijastuneen Gandhin positiivisessa uskossa ihmisyyteen ja sen mahdolliseen kehitykseen. Aatteiden ohella Gandhin vegetarismiin vaikuttivat hänen oman elämänsä tekijät, jotka perustuivat myös poliittisiin ja yhteiskunnallisiin muutoksiin. Hänen kasvissyönnin tarinansa ensimmäinen kohokohta oli Englantiin muuttaminen ja Henry

S. Saltin teokseen tutustuminen, josta vakaumuksellinen kasvissyönti alkoi. Seuraava tärkeä tapahtuma oli Etelä-Afrikassa alkanut uskonnollinen herääminen, joka johti *brahmacharyaan* ja *brahmacharin* täydellisen ravinnon etsintään. Uskonnollinen herääminen oli perua sodasta ja Gandhin poliittisesta toiminnasta, joka johti hänet vankilan kurinalaisuuteen. Intian-vuosina ruokavalioreformin ajatus syveni Gandhilla, mikä taas on yhdistettävissä hänen aktiiviseen poliittiseen uraansa Intiassa: Gandhi pyrki muuttamaan Intiaa usealla eri tasolla.

Mohandas Gandhilla oli oma kasvissyönnin filosofiansa, joka kehittyi hänen henkilökohtaisen elämänsä muutosten ja uskonnollisen heräämisen pohjalta. Tämän filosofian ulottuvuudet olivat uskonto, moraali, terveys, ekonomia ja yhteiskunta ja ne kaikki vaikuttivat aktiivisesti toisiinsa. Gandhi pyrki uudistamaan intialaista hengellisyyttä, moraalia, terveyttä, ekonomiaa ja yhteiskuntaa ruokavalion avulla. Mission tukena olivat hänen koko elämänsä jatkuneet dieteettiset tutkimukset, jotka aktiivisesti kehittivät hänen kasvissyönnin filosofiaansa. Gandhin vegetarismi voidaan liittää historian eettisen ja uskonnollisen kasvissyönnin jatkumoon. Se rakentui sekä intialaisen että länsimaisen vegetarismin historian pohjalta ja ilmensi molempien kulttuurien arvoja. Gandhin kasvissyönnin filosofiassa itä kohtasi lännen ja samalla syntyi uusi uskonnollisen kasvissyönnin muoto.

# Lähde- ja kirjallisuusluettelo

## *Lähteet ja apuneuvot*

### Painetut lähteet

BG I–XVIII

2009 The Bhagavad Gita. Twenty-fifth-Anniversary Edition. Toim. Christopher Key Chapple. Albany: State University of New York Press.

CWMG I–C

1884–1948 Collected Works of Mahatma Gandhi Volumes 1–100. New Delhi: The Publications Division. Ministry of Information and Broadcasting. Government of India. (1958–1994)  
<<https://www.gandhiheritageportal.org/the-collected-works-of-mahatma-gandhi>> Katsottu 27.1.2019.

Gandhi, Mohandas

1906 Guide to Health. Varanasi: Pilgrims Publishing. (2008)

1909 Hind Swaraj or Indian Home Rule. Ahmedabad: Navajivan Publishing House. <[https://www.mkgandhi.org/ebks/hind\\_swaraj.pdf](https://www.mkgandhi.org/ebks/hind_swaraj.pdf)> Katsottu 11.6.2019. (1938)

1927 Autobiography. The Story of My Experiments with Truth. BN Publishing. (2008)

1931 The Moral Basis of Vegetarianism. – Diet and Diet Reform. Ahmedabad: Navajivan Publishing House.  
<<http://www.sevagramgandhiashram.org/pdf-books/diet-and-diet-reform.pdf>> Katsottu 2.2.2019.

1948 Key to Health. Ahmedabad: Navajivan Publishing House.  
<[https://www.mkgandhi.org/ebks/key\\_to\\_health.pdf](https://www.mkgandhi.org/ebks/key_to_health.pdf)> Katsottu 20.3.2019.

1949 Diet and Diet Reform. Ahmedabad: Navajivan Publishing House.  
<<http://www.sevagramgandhiashram.org/pdf-books/diet-and-diet-reform.pdf>> Katsottu 2.2.2019.

Kingsford, Anna B.

1881 The Perfect Way in Diet. Viides painos vuodelta 1892. La Vergne, TN USA: Bibliobazaar. (2010)

Plutarkhos

2004 Lihansyönnistä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Summa.

1996 Pyhä Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Helsinki: Suomen Piipliaseura.

Salt, Henry S.  
1886 The Plea for Vegetarianism and Other Essays. Manchester: The Vegetarian Society. <<https://archive.org/details/pleaforvegetaria1886salt>> Katsottu 19.5.2019.

Williams, Howard  
1883 The Ethics of Diet. A Catena of Authoroties Deprecatory of the Practice of Flesh-Eating. Urbana and Chicago: University of Illinois Press. (2003)

## Internetlähteet

Dhupelia-Mesthrie, Uma  
[2003] The Significance of Indian Opinion. <<https://www.sahistory.org.za/article/history-indian-opinion-newspaper>> Katsottu 26.3.2019.

Kurtz, Lester  
2009 The Khudai Khidmatgar (Servants of God) Movement. Badshah Khan and the Northwest Frontier in British India (1933-1937). <<https://www.nonviolent-conflict.org/khudai-khidmatgar-servants-god-movement-badshah-khan-northwest-frontier-british-india-1933-1937/>> Katsottu 24.5.2019.

Pert, Alan  
2006 Red Cactus. The Life of Anna Kingsford. Watsons Bay: Books and Writers Network Pty Ltd. <[https://archive.org/stream/bub\\_gb\\_NrB8WnQBRLUC/bub\\_gb\\_NrB8WnQBRLUC\\_djvu.txt](https://archive.org/stream/bub_gb_NrB8WnQBRLUC/bub_gb_NrB8WnQBRLUC_djvu.txt)> Katsottu 24.5.2019.

The Vegetarian Society  
s.a. The Vegetarian Society: History of Vegetarianism. <<http://www.vegsoc.org/info/developm.htm>> Katsottu 1.4.2009.

## Kirjallisuus

Alter, Joseph S.  
1992 The Wrestler's Body. Identity and Ideology in North India. Berkeley: University of California Press.

2000 Gandhi's Body. Sex, Diet, and the Politics of Nationalism. Critical Histories. Pennsylvania: University of Pennsylvania Press.

Arnold, David  
2001 Gandhi. Edinburgh: Pearson Education Limited.



- Beardsworth, Alan & Keil, Teresa  
2000            Sociology on the Menu. An Invitation to the Study of Food and Society. New York: Routledge.
- Brown, Judith M.  
1989            Gandhi. Prisoner of Hope. New Haven and London: Yale University Press.
- Contemporary Hinduism  
2004            Contemporary Hinduism. Ritual, Culture, and Practice. Ed. Robin Rinehart. Santa Barbara: ABC-CLIO, Inc.
- Cusack, Carol M.  
2010            Red Cactus: The Life of Anna Kingsford. By Alan Pert. Journal of Religious History 34(1) s.71.  
<[https://www.researchgate.net/publication/229474103\\_Red\\_Cactus\\_The\\_Life\\_of\\_Anna\\_Kingsford\\_-\\_By\\_Alan\\_Pert](https://www.researchgate.net/publication/229474103_Red_Cactus_The_Life_of_Anna_Kingsford_-_By_Alan_Pert)> Katsottu 24.5.2019.
- Ethical Vegetarianism  
1999            Ethical Vegetarianism: From Pythagoras to Peter Singer. Ed. Kerry S. Walters & Lisa Portmess. Albany: State University of New York Press.
- Fischer, Louis  
1951            The Life of Mahatma Gandhi. London: Lowe and Brydone (Printers) Limited. (1957)
- Flood, Gavin  
1996            An Introduction to Hinduism. Cambridge: Cambridge University Press.
- Gandhi, Rajmohan  
2007            Gandhi. The Man, His People and the Empire. London: Haus Books.
- Gilhus, Ingvild Sælid  
2006            Animals, Gods and Humans. Changing Attitudes to Animals in Greek, Roman and Early Christian Ideas. New York: Routledge.
- Gregory, James  
2007            Of Victorians and Vegetarians. The Vegetarian Movement in Nineteenth-Century Britain. London: Tauris Academic Studies.
- Heikkilä, Tuomas & Lehmijoki-Gardner, Maiju  
2004            Keskiajan kirkko. Uskonelämän muotoja läntisessä kristikunnassa. Tietolipas 185. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Hendrick, George  
1977            Henry S. Salt. Humanitarian Reformer and Man of Letters. Illinois: University of Illinois Press.
- Indian Ethics. Classical Traditions and Contemporary Challenges. Volume 1.  
2007            Indian Ethics. Classical Traditions and Contemporary Challenges. Volume 1. Hampshire: Ashgate.

- Intian kulttuuri  
2005 Intian kulttuuri. Toim. Asko Parpola. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.
- Jesudasan, Ignatius  
1984 A Gandhian Theology of Liberation. New York: Orbis Books.
- Kumar, Krishan  
1987 Utopia and Anti-Utopia in Modern Times. Basil Blackwell Ltd: Oxford.
- 1991 Utopianism. Concepts in the Social Sciences. Open University Press: Buckingham.
- Lehmijoki-Gardner, Maiju  
2007 Kristillinen mystiikka. Läntinen perinne antiikista uudelle ajalle. Helsinki: Kirjapaja.
- Linzey, Andrew  
2001 Vegetarianism as a Biblical Ideal. – Religious Vegetarianism. From Hesiod to the Dalai Lama. Ed. Kerry S. Walters & Lisa Portmess. Albany: State University of New York Press.
- Mikkeli, Heikki  
1998 Pythagorealainen dieetti – vegetarismi uuden ajan alussa. Sivut 291–299. Historiallinen aikakauskirja 4/1998. Suomen Historiallinen Seura ja Historian Ystävien Liitto.
- Murros, Kai  
1996 Ihminen ja eläin Henry S. Saltin filosofiassa. Painamaton laudaturseminaarisesitelmä Erkki Kourin yleisen historian seminaarissa 14.2.1996.
- Olson, Carl  
2015 Indian Asceticism. Power, Violence and Play. New York: Oxford University Press.
- Perrett, Roy W.  
1998 Hindu Ethics. A Philosophical Study. Honolulu: University of Hawaii Press.
- Religious Vegetarianism  
2001 Religious Vegetarianism. From Hesiod to the Dalai Lama. Toim. Kerry S. Walters & Lisa Portmess. Albany: State University of New York Press.
- Rosenfeld, Joseph  
2001 The Religious Justification for Vegetarianism. – Religious Vegetarianism. From Hesiod to the Dalai Lama. Toim. Kerry S. Walters & Lisa Portmess. Albany: State University of New York Press.

- Salmesvuori, Päivi  
2002 Asketismilla puhdistettu nainen. – Eevan tie alttarille. Nainen kirkon historiassa. Helsinki: Edita.
- Shukla, Priyavrat  
2005 Concept of Purusarthas and the Voluntary Reformatory Measures for Human Development: Gandhian Perspective. – Economic Reforms in India. Needs, Effects and Suggestions. Ed. Shailesh Choubey, N.G. Pendse & Narendra Shukla. New Delhi: Sarup and Sons.
- Smith, Huston  
2009 The Bhagavad Gita. Twenty-fifth-Anniversary Edition. Toim. Christopher Key Chapple. Albany: State University of New York Press.
- Spear, Percival  
1981 The Oxford History of Modern India 1740-1975. Oxford: Oxford University Press.
- Spencer, Colin  
1995 The Heretic's Feast. A History of Vegetarianism. Hanover: University Press of New England.
- 2000 Vegetarianism: A History. London: Grub Street.
- Stuart, Tristram  
2008 The Bloodless Revolution. A Cultural History of Vegetarianism from 1600 to Modern Times. New York: W.W. Norton.
- Swan, Maureen  
1985 Gandhi. The South African Experience. Johannesburg: Ravan Press.
- The Oxford Dictionary of World Religions  
1997 The Oxford Dictionary of World Religions. Toim. John Bowker. Oxford: Oxford University Press.
- Tingsten, Herbert  
1966 Viktoria ja viktoriaanit. Porvoo: Werner Söderström 1966.
- Weinbren, Dan  
1994 Against All Cruelty. The Humanitarian League 1891-1919. History Workshop No. 38. Oxford: Oxford University Press.  
<<https://academic.oup.com/hwj/article-abstract/38/1/86/643267?redirectedFrom=fulltext>> Katsottu 24.4.2019.